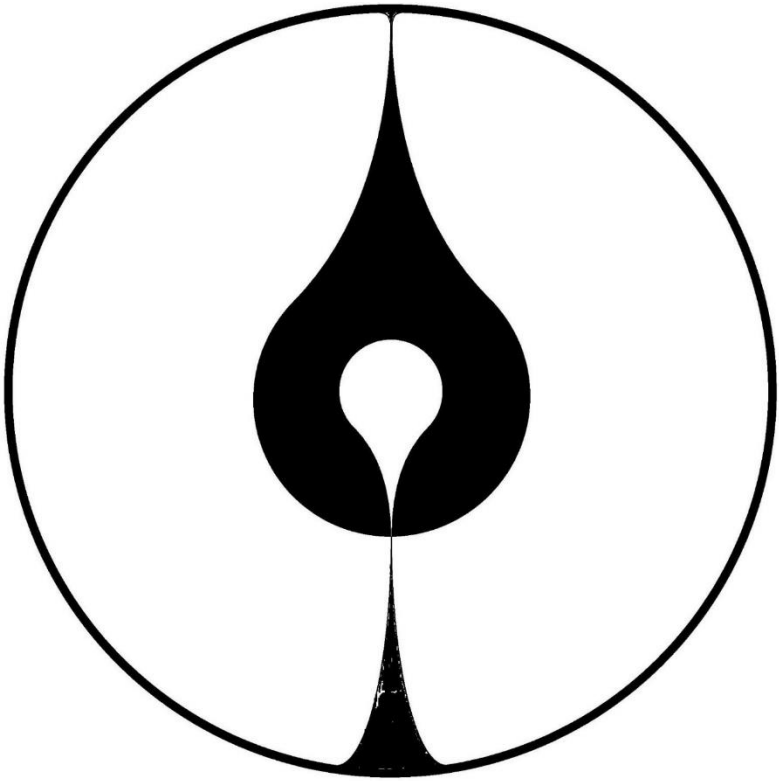
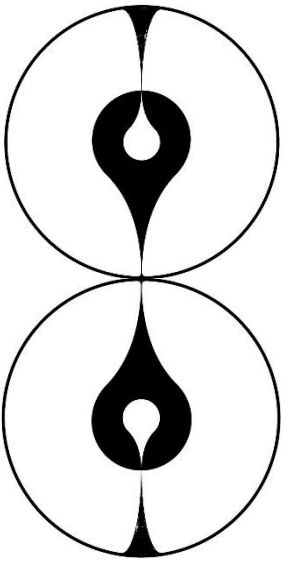


Gabriel Forfotă

texte-reflecţii
(culegere)



Gabriel Forfotă

texte – reflecţii
(culegere)

afirmații prin care să ne întrebăm
și întrebări prin care să nu mai căutăm răspunsuri

Bucureşti

2023

Copyright

texte-reflecții (culegere) – afirmații prin care să ne întrebăm și întrebări prin care să nu mai căutăm răspunsuri

Redactor: Gabriel Forfotă
Tehnoredactor: Gabriel Forfotă
Ilustrator copertă: Gabriel Forfotă
Grafică: Gabriel Forfotă
Copyright 2023 © Gabriel Forfotă

Toate drepturile rezervate. Nicio parte din această publicație a nu se reproduce, distribui sau trasmite, sub nicio formă şi în nicun fel, a nu se stoca într-o bază de date sau sistem de recuperare, fără permisiunea scrisă a autorului obţinută anterior.

Bucureşti

România

Prima ediție digitală 2023
ISBN: 978-973-0-39263-0

Cuprins

1. Despre călăuzirile devierii – (pag. 6)
2. Egoul și "căderea" – (pag. 9)
3. Despre împotrivire – (pag. 10)
4. Despre "stres" și "motivație" – (pag. 13)
5. Despre voință – (pag. 14)
6. Despre acceptare și încredere – (pag. 17)
7. Relația cu corpul – (pag. 18)
8. Despre dreptate – (pag. 18)
9. Despre a face bine – (pag. 20)
10. Despre educație – (pag. 22)
11. Despre a ajuta – (pag. 23)
12. Despre sens și scop – (pag. 25)
13. Despre păsare/a ține la (a ține partea) – (pag. 27)
14. Despre siguranță și încredere/credință – (pag. 30)
15. Despre încredere – (pag. 38)
16. Despre Credință ca "tehnică" – (pag. 42)
17. Disfuncții în aplicarea "tehnicii credinței" sau una din cele mai mari călăuziri ale devierii – (pag. 54)
18. Hiperintenția din așteptare (fenomenul "când") – (pag. 68)
19. Diferența dintre dorința din lipsă, dintre nu vreau și vreau – (pag. 70)
20. Despre a cere sau a cerși/impune – (pag. 71)
21. Problema terapeutică... Aici sau oriunde... – (pag. 89)
22. Despre cineva și ceva – (pag. 90)
23. Despre frică – (pag. 95)
24. Despre iubire și dragoste – (pag. 100

25. **Diferența dintre dragoste/iubire și păsare, grijă sau "fericire" (dintre trăire și netrăire, dintre viață și neviață sau moarte) – (pag. 112)**
26. **Împreună – (pag. 127)**
27. **Dragostea și spațiul – (pag. 127)**
28. **În general sau în detaliu – (pag. 128)**
29. **Despre atenție – (pag. 131)**
30. **Probleme de relație – (pag. 138)**
31. **Despre ușurința de a iubi și greutatea de a nu iubi – (pag. 144)**
32. **Binele și frumosul – (pag. 144)**
33. **Despre răbdare – (pag. 145)**
34. **Despre discernământ – (pag. 147)**
35. **Despre autenticitate – (pag. 150)**
36. **A fi special versus a fi "la fel" – (pag. 152)**
37. **Despre prețuire – (pag. 154)**
38. **Despre spațiu și timp – (pag. 159)**
39. **Despre a acorda spațiu... – (pag. 163)**
40. **Despre a acorda Timp... – (pag. 164)**
41. **Despre libertate și constrângere/forță – (pag. 166)**
42. **Despre dorință – (pag. 173)**
43. **Despre renunțare și acceptare – (pag. 175)**
44. **De asemenea, este necesară deosebirea dintre acceptare și alegere – (pag. 177)**
45. **Despre asumare – (pag. 178)**
46. **Și diferența între "a lăsa să fie" și "de-lăsare" – (pag. 179)**
47. **Deosebirea dintre "îmi pare rău" și "vinovăție" – (pag. 184)**

48. **Despre a fi răspunzător – (pag. 186)**
49. **Despre nunta/uniunea dintre copiii Cerului și făpturile Mamei Pământ – dintre spirit și trup (un mit șamanic după "Mitul Creației") – (pag. 188)**
50. **Despre eros – (pag. 189)**
51. **Despre iubirea/dragostea (ne)condiționată – (pag. 196)**
52. **Despre putere – (pag. 203)**
53. **Despre dorința stăpânirii – (pag. 207)**
54. **Despre puterea de a supune, a poseda, a realiza, a reuși – (pag. 207)**
55. **Despre ideologia ignoranței – (pag. 218)**
56. **Despre vinovăție și control/frică – (pag. 220)**
57. **Despre păcat – (pag. 236)**
58. **Fără de păcat – (pag. 237)**
59. **Despre joacă – (pag. 237)**
60. **Despre bucurie – (pag. 239)**
61. **Despre moarte și viață – (pag. 241)**
62. **Atacul la libertate – (pag. 243)**
63. **Despre conceptul, expresia de "a te iubi/ierta pe tine" – (pag. 244)**
64. **Despre A Fi (necondiționat/liber) – (pag. 246)**
65. **Despre implicare și lăsare/desprindere versus acaparare și respingere/abandonare – (pag. 249)**
66. **O abordare teologală – (pag. 283)**
67. **Despre nașterea din nou (Învierea) – (pag. 286)**
68. **Despre Existență – (pag. 290)**
69. **Despre bine şi rău – (pag. 293)**
70. **Și... despre plictiseală – (pag. 305)**

1. Despre călăuzirile devierii

Oamenii spun "dacă văd, cred...", dar ei nu văd decât ce cred, iar ceea ce văd le arată ce cred, nu ce e...

Înțelegerea ține de capacitatea de a "vedea" (de a avea ochi de văzut și urechi de auzit).
Pentru asta trebuie să fii dispus să te deschizi către.
Ca să te deschizi către este necesar să vrei... să te desprinzi de convingerile care te-au orbit și surzit până acum, să renunți la ele.
Ăsta e lucrul cel mai greu, pentru că simți că dacă faci asta renunți la tine însuți, la ce ai mai intim – ideile, convingerile, "adevărul" tău.
Și nu este vorba de o capacitate "dată", de o evoluție ca o creștere naturală. Evoluția este în multe sensuri. Trecerea timpului nu asigură creșterea în mod obligatoriu.

Aceste convingeri la care oamenii țin atât de mult îi fac să nu vadă altceva decât în conformitate cu ele. Nu renunță la ele decât dacă mor, dacă totul se "strică" total, iremediabil, dacă nu mai funcționează deloc. De multe ori, nici atunci. Mor cu "adevărul" lor în brațe. Pentru ei este mai important decât viața, decât orice.

"Unele adevăruri sunt în conformitate cu ochii voştri, iar ochii voştri sunt în conformitate cu credinţele voastre;" (The Gospel of Completion – Evanghelia Desăvârșirii, 29. Yeshua spune parabole despre credință, disperare, răbdare și lăcomie în Magdala)

Atașamentul extrem al oamenilor față de ceea ce cred îi conduce la fanatism. De aceea ei nu văd decât ceea ce cred. Putem spune că nu vor să vadă, dar de fapt ei chiar asta văd, ceea ce corespunde credinței, convingerii lor.

A fi pregătit pentru a vedea...
Termenul acesta face trimitere la un proces, la antrenare...

Și așa e...

Dar oamenii nu sunt niciodată pregătiți să renunțe la ceva în care cred, chiar dacă se pregătesc, se antrenează o mie de ani.
Ești pregătit, atunci când ești dispus să renunți la ceva de care te-ai atașat. Când te predai. Iar ăsta este un act decizional, o alegere a ta. Dar asta nu necesită o pregătire în sensul de antrenament, exercițiu, învățare.
Ceea ce oamenii numesc pregătire în acest caz, nu este decât o amânare a renunțării, a desprinderii. Încă mai doresc să stea cu acel ceva pe care îl consideră al lor...
Este necesar un cataclism, o disperare totală ca să fii dispus să te abandonezi, să renunți la convingeri – ca în sistemul celor 12 pași – acceptarea totalei tale neputințe (renunțarea la împotrivire, la control...) pentru a te putea încredința...

Acest "a mă încredința" semnifică Credința. Încep să văd cum e, nu cum vreau, țin să fie...

"...paza, ştiul meu
călăuzirile devierii îndepărtează."
(Evanghelia Desăvârșirii, 15. Yeshua învață mulțimea Calea rugăciunii și a spiritului)

Dumnezeu nu ne îndreaptă. Nici măcar nu încearcă să facă asta. Dar El stă drept lângă noi și chiar în noi înșine. El doar ne lasă, dacă alegem, să ne agățăm de El și astfel să ne ridicăm drept. În felul acesta, devenim asemenea.
El este ca un stâlp, ca un arac care ne străbate ființa, iar noi, ca vița de vie, ne prindem și ne cățărăm pe El. Uneori

lăstari dau pe lateral și ne pot devia de la urcușul spre Lumină. Este necesar ca ei să fie tăiați, pentru a nu devia de la arac, de la verticală. Dar Cine este Vierul care să facă asta? Cine se îndură să taie mlădițele?

Stâlpul, Aracul este "Cel Nestrămutat, Veșnicul Binecuvântat" (Dumnezeu Tatăl, Eu Sunt).
Vierul este Cel ce se îngrijeşte ca mlădița să crească dreaptă, este Calea, Adevărul și Viața (El este "Paza, Știul meu" care "călăuzirile devierii îndepărtează"). El este Hristosul, cel care taie orice abatere de la Cale. El are aceasta îndurare. El este Sunt Eu, care scoate și aruncă de la mine ochiul meu care mă înșeală, care mă deviază, căci mie îmi este greu să mă despart, să mă desprind de el, pentru că este al meu, este din mine, e ceea ce cred că am şi fără de care nu cred că pot fi. Dar nu face asta, decât dacă îi cer, dacă mă încredințez Lui. El împlinește Voia Tatălui, dar o împlinește și pe a mea, dacă cer "fără intenții ascunse".
Durerea pierderii îmi va fi mângâiată cu bucurie deplină de Mângâietorul (Vierul care mângâie, Sfântul Duh).
Sunt doi lucrători ai viței. Doi vieri. Unul arată și ține calea dreaptă tăind orice deviere, celălalt mă mângâie cu bucurie, mă acoperă cu putere de a trăi desprinderea, pierderea de ce mă abate de la Cale.
Căci "înţelepciunea vine la voi când pierdeţi, iar din pierdere se câştigă mult." (Evanghelia Desăvârșirii, 5. Yeshua în Parsa: de la şaptesprezece până la nouăsprezece ani)

Şi totusi ce am?
Am ceva?
"Dragoste, Iubire, Vreaul, Credinţă am
Toatele Voia Nelimitării"
(Evanghelia Desăvârșirii, 15. Yeshua învață mulțimea Calea rugăciunii și a spiritului)

2. Egoul și "căderea"

"Căderea în adânc de sine este o *cădere în ego-ism, în adâncul cel mai exterior*." (Însemnari despre singurătate..., 2023, p. 32)

Deci, după cum zice aici, egoul este o cădere a eului în exterior. Exterior lăuntricului. O cădere prin separare. Când mă separ, mă exclud, mă exteriorizez..
Cumva mă exclud/separ din/de lăuntric unde se arată Cel ce Se arată în ascuns (Eternul, Ascunsul Împărățiilor Luminii).
Lăuntricul – eu/"locul" eului.
Când mă văd în sine/ego și cred această vedenie ca adevăr, ca adevăratul eu, atunci se petrece "Efectul Narcis", cad în exterior. Adică eu se crede proiecția, reflexia și gândește, resimte, acționează ca atare.
Într-un fel, Enouchyamae este o lume a oglinzilor, de unde și natura sa holografică.

Egoul întruchipează călăuzirile devierii. Cele care ne conduc la siguranță, la a avea, la apărări, la frici… din grijă...
Când Hristos le-a spus apostolilor că urmează să meargă la Ierusalim unde va fi dat pe mâna cărturarilor și fariseilor care îl vor ucide, Petru în calitatea lui de "protector", de ego, l-a îndemnat să nu se ducă, iar Hristos i-a spus "treci în urma mea, satano!" sau "piei, satano!"
Egoul este protectorul și temnicerul nostru… De multe ori părinții joacă rolul ăsta. Așa își arată ei iubirea, păsarea din frica de a nu pierde.
Tot Petru a ridicat sabia să-l apere pe Hristos când acesta a fost arestat…
Și tot el a apărat doctrina cu înverșunare după Înălțare. Greu s-a lăsat înduplecat de Pavel în diverse lucruri…
Toate le-a făcut cu bune intenții…

Egoul este un samurai… el slujește.
Casa egoului este siguranța, frica, grija. El este foarte păsător.

3. Despre împotrivire

Omul a fost întotdeauna obsedat de viitor...
Să-l știe, să-l controleze, să-l determine în conformitate cu propriile dorințe, interese.
În religiile bazate pe revelație, omul era la mâna voii divinității pentru a-i arăta viitorul.
În cele bazate pe ritualuri, pe magie, accentul s-a mutat pe controlul uman, fie în a afla, fie în a determina/îmbuna divinitatea să facă asta.
Prin știință, s-a mutat în totalitate accentul pe ce ține de om, pe ce face el. Deci în știință, omul deține în totalitate pârghiile de a afla viitorul. Nu mai e la mâna nimănui – a divinităților, a universului. Deține controlul propriului destin.
Cum să renunțe la așa ceva?
Niciodată...

În religiile revelației se pornea de la profetism, iar omul explica, încerca să deducă, să găsească o cauză a acestora pentru că asta îi conferea un control. Știind care ar fi cauza, știa cum să intervină și să evite profeția în cazul în care aceasta era nedorită. În cazul în care era dorită, încerca să găsească determinantul/cauza pentru a o amplifica...
Știința este știință dacă poate descrie un fenomen, dacă poate explica parcursul cauză-efect al acestuia și dacă poate face predicții (profeții) privind viitorul fenomenului respectiv, utilizând mijloacele conceptuale și materiale pe care le are la dispoziție la momentul "măsurării" prin observație, experiment etc.

În religiile revelației sau în cele magice, ritualice exista o relație om-divinitate. Explicația și cauzalitatea erau domenii predilect umane în timp ce predicția/profeția, revelarea viitorului era un domeniu al divinității.
În știință, omul a reușit să aibă monopolul absolut al întregului spectru: cauzalitate/determinant – explicație – efect/eveniment prezent/viitor.

Omul este interesat de predicție pentru că vrea ca viitorul să fie cum își dorește el. De aceea este foarte interesat de ce poate cauza un viitor efect nedorit pentru a-l preveni.
Prevenția este măsura, instrumentul de intervenție pe care îl are omul. Îi dă senzația de putere, că deține controlul propriului viitor. De aceea îl absolutizează. Dar pentru asta are nevoie ca și premisele (cauza, procesul/explicația, predicția) de la care pornește să fie sigure, certe. De aici nevoia de absolutizare a "adevărurilor" științifice.
În religie, când explicația omului referitoare la revelații tinde să fie absolută, certă se transformă în fanatism. Fanatismul nu este altceva decât certitudinea omului că interpretarea/explicarea pe care o face el la o afirmație revelată a divinității este singura adevărată.

În mod firesc, atunci când știința trece de la "dubiul științific" la certitudinea științifică acest lucru capătă valențe de fanatism absolut.
Din păcate, fără a absolutiza, nu este posibil a implementa la nivel social o măsură de prevenție. Pentru implementare eficientă este nevoie de o confirmare doctrinară absolută. Așa cere logica. Altfel, diversitatea opinională, credințele particulare vor sabota acțiunile preventive.

Știința, ca putere autarhică pur umană este absolutistă și își are originea în dorința omului de a preveni, adică de a

schimba, modela viitorul în bine. Sursa acestei nevoi este frica – împotrivirea la un posibil eveniment nedorit care poate crea o pierdere.

Când mă împotrivesc posibilului din rațiuni de siguranță, încerc să limitez drepturile de a fi ale acestuia. Spun: să nu fie asta. Nu dau VOIE. Mă împotrivesc. Mă opun. Spun NU VREAU asta -> FRICĂ.
Nu dau voie posibilului să poată fi. Și cred că ritualurile pe care le fac, vor putea să facă asta. Oamenii au crezut mereu asta. De mii de ani fac asta cu speranța că pot...

Dar...
Dacă mă străduiesc să constrâng ca ceva posibil dezirabil să fie, văd că fuge. Nu vrea să fie. Pe de altă parte, dacă mă străduiesc/constrâng să nu fie, într-adins va fi.
În pofida acestei evidențe, oamenii aleg formula magică descrisă anterior. Taman pe aceea care produce nedoritul. De ce? Că așa au învățat ei. Și că le oferă senzația de control.

Asta vor. SENZAȚIA de control. Pentru această senzație fac tot ce fac.
Nu vor să renunțe la control orice ar fi.
De ce? Când asta face să se întâmple chiar ceea ce nu vor? Când asta le ocupă viața și nu apucă să trăiască?
Pentru că ei confundă persoana cu voința personală.
Ori, când mă împotrivesc, am senzația cea mai intensă că îmi exercit voința MEA. Dacă accept, am senzația că nu mi-o exercit, ci că o altă voință mă penetrează.

Conform doctrinei că persoana și voința una sunt, am senzația că sunt atunci când mă împotrivesc și că nu mai sunt atunci când accept.

Asta este credința limitativă, care ne face să stăruim în împotrivire, în pofida ineficienței ei magice. De aceea ne agățăm (alegem) frica.
Frica, adică nu vreau asta -> mă împotrivesc, adică control, exercitarea voinței proprii -> senzația că SUNT. Mai mult, am senzația că fac o diferență, că eu contez, că însemn ceva. Dacă las, dacă permit, dacă accept, dacă dau voie, pierd astea. Nu mai însemn nimic, nu mai contez, nu mai... SUNT.

4. Despre "stres" și "motivație".

Oamenii se plâng de stres, dar au o relație ambivalentă față de el, le este greu să se desprindă, pentru că fără stres, parcă nu mai au motivația de a face diverse lucruri. Stresul, frica, frustrarea îi mișcă.
Este necesar să renunțe la ele dacă vor să fie liberi. Dar liberi fiind, fără aceste "motivații", la început nu vor ști ce să facă. Va fi ca un gol, ca o apatie, lipsă de chef. Este firesc. Le va trebui ceva timp să descopere cum este să trăiască fără să îi miște frica (fără să îi alerge pericolul că dezamăgesc, de exemplu), să descopere ce îi atrage pe ei, ce vor, ce își doresc ei cu adevărat, să exploreze…
Vor descoperi cum este să fie în felul lor, își vor descoperi propriul. Vor descoperi ce, cum vor ei să fie – așa-ul lor.

Toată lumea vrea ceva necondiționat – dragoste, încredere, de pildă. Și se străduie să le obțină. Dar în momentul în care cred că în urma efortului am obținut-o, văd că am dat greș. Pentru că ce am obținut este ceva ce eu însumi am determinat, am condiționat prin propriul efort. Deci, am obținut ceva (dragoste, încredere...) condiționat, nu necondiționat. Golul, vidul resimțit care urmează acestui demers, este firesc. Mai mult, dacă obțin astea prin efort, stau cu frica să nu cumva să le pierd, să

nu dezamăgesc... Când dezamăgesc? Păi când amăgesc. Cu ce amăgesc? Cu propriul efort, străduință de a dovedi ce nu sunt (amăgirea). Că dacă eu sunt într-un fel, atunci nu trebuie să mă strădui, să fac efort, doar să îmi dau voie să fiu în felul ăla.

Este, deci, absurd să mă angajez în efortul de a mă face iubit necondiționat. Este imposibil. Dacă reușesc, înseamnă că am reușit să determin asta, să condiționez și astfel ceea ce obțin este ceva condiționat, nu necondiționat.
Ca să pot primi ceva necondiționat este necesar să nu fac nimic pentru asta, să nu forțez nimic, să nu mă străduiesc deloc, să nu depun niciun pic de efort sau să nu mă abțin de la a face pentru a evita – să nu țin cont de asta într-un cuvânt. Tot ce fac să fac pentru că îmi place, vreau. Criteriul este respectul pentru libertate, a mea și a celorlalți. Să mă las liber (libertatea mea) și să îi las liberi (libertatea celorlalți) – este imposibil una fără cealaltă.
Oamenii își pierd timpul, deci viața, urmărind să le fie bine și să facă bine. Ei uită însă de binele fundamental – că sunt. Și în loc să se bucure de asta, se stresează să facă "mai" bine. Ce este mai bine decât să fii? Ce se poate face dacă nu ești?

5. Despre voință

Oamenii confundă voința cu persoana. Ei spun "nu e nicio voință aici", adică nu e nicio persoană, cineva...
Dacă te lași în Voia Lui Dumnezeu, ei consideră că nu mai există cineva care să fie și să facă...
Identifică voința cu persoana, cu eul (Eul divin sau superior), de fapt o identifică cu Voia Lui Dumnezeu. E corect că Hristosul (Conștiința Hristică) e Voia lui Eh, dar nu și că e Eul superior, divin. De asemenea, e corect că

atunci când te lași în Voia lui Eh, adică te lași Hristosului din tine, nu mai ai o voie a ta (adică ești străbătut de Voia Lui), dar asta nu înseamnă că nu mai e nimeni acolo, că tu nu mai ești. Pentru că Simt (simțirea) și Cred (atenția) îți sunt fundamentale. Ești Prezent prin aceste două verbe.

Este de înțeles asta, pentru că oamenii, în general, percep Divinitatea ca ceva impersonal, iar unirea cu ceva impersonal te depersonalizează.
De aici și tentația panteistă la toți cei care se "spiritualizează". Identifică verbul (Vreau) cu cel care îl spune (Eh). Asta în cazul nivelului divin.

La nivelul individual uman, când se ajunge la nivelul lăsării în Duhul și/sau Ființei și/sau Hristosului, se consideră că nu mai există eu individual, pentru că acesta nu mai exercită o voie a sa. Asta este o idee, o convingere, o credință limitativă.

Din cauza asta există la majoritatea oamenilor o reticență față de spiritualitate, dar și față de acceptare sau a se lăsa în Voia Sa, pentru că ei cred că dispar ca eu. De aceea majoritatea ajung să se împotrivească, să spună nu, pentru că văd în asta exprimarea fundamentală a persoanei, a eului. Și, într-un fel, e. Doar că nu văd și că a-ți da acordul, a spune Da, e tot exprimarea fundamentală a persoanei. Deci, prin împotrivire ei își confirmă existența. Într-un fel, ei spun "mă împotrivesc, deci eu sunt, exist"...
Cu toate că Cineva observă (atenție) și Cineva simte acea Voie. Deci, cineva nu dispare, pentru că nu e totuna cu voia…

A fi de acord, a-ți da acordul, adică a spune da și a alege să faci asta este același lucru cu voia. Totul este în Voia Domnului. Voia mea este să fiu sau să nu fiu în Voia lui.

Dacă spun da, sunt în Voia lui, adică mi-o însușesc, devine a mea, o simt a mea, pentru că o primesc în mine. Dacă spun nu, voia mea devine un nu vreau, o împotrivire. Și atunci, orice simt, gândesc, intenționez, fac este o împotrivire la ce este. Voia Lui e doar Da (să fie...), voia care e doar a mea, separată de a Lui, altfel decât a Lui, e doar un Nu...
În sensul ăsta, când renunț la împotrivire, la a spune nu, renunț la voia mea (care e doar a mea, nu și a Lui). În momentul acela renunț la ceva care e doar al meu.

Când spun Da Voii lui, încep să spun Da împreună cu El. O simt Voia mea, dar nu sunt singur în această Voie. Nu e doar a mea. Suntem cel puțin doi în aceasta Voie... și în ea au loc toți cei care renunță la a avea ceva doar al lor (renunță la exclusivism), fie aceasta o dorință, o vrere, o idee, un gând, o faptă... Toate acestea fiind proprietăți prin care ei se identifică a fi ei. Deci, aici se află credința limitativă că fără aceste proprietăți private ale lor (adică prin separare, prin deosebire), nu ar mai fi ei. Ar dispărea...

Am primit ceva în dar.
E simplu. Ce fac cu el e treaba mea. Tot treaba mea e și ce nu fac cu el.
Dacă fac, sunt consecințe, dacă nu fac, sunt consecințe.
Consecința face trimitere la principiul liniar al cauzalității-efectului... deci în planul liniarității.
Dacă eu sunt în perfect acord cu ce fac, nimeni nu îmi cere socoteală. Dar Eu sunt un mic "Eh" – ca atare sunt una cu Eh.
Deci sunt "răspunzător", adică răspunsul pe care eu îl dau lui Eu din mine. Adică acordul.
Cu adevărat mi-am făcut voia?
Acea voie era a lui eu sau a egoului/(ne)voilor?
Acordul îl dă eul, care e Eul și care e "fiul" EULUI (Eh).

El este reperul suprem, nu principiile vehiculate în Creație sau pe Pământ, valorile despre bine și rău, despre corect-incorect, plăcut-neplăcut etc. etc...
Când ești în acord, oricât de greu sau neplăcut sau dureros ar fi, te simți ușurat, despovărat, deci liber... ori asta este valoarea supremă și semnificația despovărării de păcate, de lanțuri...

6. Despre acceptare și încredere

"Acceptându-te complet, încrederea devine completă. Nu mai există nicio separare între persoane, pentru că nu mai există nicio separare în interior. În spațiul în care trăia frica, dragostea este lăsată să crească." (Minamin)

Ideea este că, dacă nu accepți ceva din tine, dacă nu te accepți complet, nu există spațiu în interior. Când te accepți pe tine cu totul, când te lași oricum, se creează acel spațiu. Resimțirea unui spațiu în interior înseamnă resimțirea libertății, iar asta e o precondiție fundamentală pentru încredere (în mine și în ceilalți) și dragoste.
Spațiul în care trăiește frica, e un spațiu strâmt, constrâns, înghesuit, strivit de respingerea mea față de mine și cea față de exterior...

Ideea e că, nu îi accept pe ceilalți, pentru că nu m-am acceptat pe mine mai întâi complet.
De exemplu, de multe ori când cineva face către noi un gest de dăruire nu vedem, nu recunoaștem darul, ci constrângerea. Pentru că este deja în noi...

7. Relația cu corpul

Sunt în această lume prin și în acest corp. Corp pe care îl am de la mamă și din ea am ieșit așa. Ea este lumea din care am ieșit sau poarta prin care am venit în lume. Legătura între corpul meu și mama (părinți în genere) este mare..

Relația mea cu corpul meu poate să reflecte relația mea cu mama, cu tata..
Dacă resping părinții asta se poate vedea în corp, în cum mi-l resping.
Dacă mă simt prea constrâns s-ar putea ca și corpul să prezinte unele deformări.
Relația cu corpul, deci cu simțirea concretă a vieții, are ca element conex sau central identitatea de sine. De asemenea, mai are și o componentă legată de sens, de direcție a vieții.
Relația traumatică cu mama generează orice relație proastă cu corpul și cu viața.
Adăugarea problematicii sensului vine dintr-o relație proastă (traumatică) cu tatăl.

8. Despre dreptate

Dreptatea este un concept juridic. Adică cere justiție... justifică/îndreptățește o acțiune de reparație, de corecție. În mod subtil te îndepărtează de acceptare, de iertare...
Binele este partinic, se opune răului. În mod subtil se împotrivește și te îndepărtează de acceptare.
Dreptatea pedepsește nedreptatea. Binele se opune răului.
Ambele îndepărtează de pace.
Deci, dreptatea adevărului îndepărtează de adevăr și binele iubirii îndepărtează de iubire.

Ambele se luptă cu libertatea nedreptății și a răului. Deci, ambele vor să atace libertatea. Ori libertatea este Mama iubirii, dragostei, păcii, luminii etc., dar și a orice pare a se opune acestora...
Dacă ataci libertatea, ataci totul...

Ce înseamnă a avea un drept?
Dreptul de a ce?
De a dispune și/sau supune ceva, fie fizic, fie nonfizic.
Dreptul înseamnă autoritatea de a exercita această acțiune asupra a ceva. Și, de asemenea, de a interzice altora această acțiune – diminuându-le autoritatea de a dispune/supune ceva.
Deci dreptul înseamnă autoritate și interdicție. Deci dreptul prin definiție este un atac la libertate.
Dreptul este prin definiție un atac, un război. De aceea dreptatea duce la război...
Renunțarea la drepturi, la dreptate, înseamnă renunțarea la război, la neîmpăcare. E calea către libertatea păcii...
Dreptatea e sămânță de ne-iertare, de ne-împăcare, de război, de neiubire...

Cel mai greu îi e omului să se desprindă, să renunțe la dreptatea lui. Preferă să-și sacrifice viața pentru dreptatea sa, dar nu-și sacrifică dreptatea pentru viața sa sau a celuilalt. D-aia e greu să ajungi la bucurie și pace – cele două cuvinte cel mai des pronunțate de Iisus. Pentru că iertarea înseamnă în primul rând renunțarea la propriul drept...

Să accepți moartea întru iertare, decât să omori pentru dreptate.
Da.
Numai acceptând, numai primind cu brațele deschise această "moarte" de sine pentru celălalt întru totală iertare putem ieși în înviere și apoi în înălțare.

Numai așa putem lucra cu bucurie ca sămânța iubirii să crească și să înflorească prin iertare necontenită în fructul mult dorit al dragostei.

9. Despre a face bine

Este falsă ideea că dacă cineva ne face un bine, și-a câștigat un drept asupra noastră.
Aceasta idee ne face captivi, sclavi celui care ne face un bine. Și astfel în loc să-i mulțumim prin a fi noi înșine mulțumiți și bucuroși, începem de fapt să-l urâm în adâncul sufletului așa cum sclavul urăște stăpânul pe ascuns, în timp ce-i zâmbește servil.

Nimeni nu datorează nimic nimănui.
Cei care fac ceva, orice, bun sau rău își au propria răsplată prin ceea ce fac.
Nimeni nu are cum să ne răsplătească pentru ceea ce facem. Nu există răsplată în afara a ceea ce facem. Dacă nu vrem să facem ceva, nu facem. Dacă facem, înseamnă că a fost alegerea noastră, decizia noastră, chiar dacă nu ne-am dorit acel lucru. Nu putem, adică, să învinovățim, să responsabilizăm pe nimeni pentru ceea ce facem.
Dacă eu fac ceva pentru tine, pentru că tu mă rogi, eu sunt cel care decide să fac asta. Da, o fac pentru tine, dar eu am ales să fac.
Dacă îți reproșez că mi-am rupt spinarea făcând nu știu ce pentru tine, ce îți cer de fapt? Concret? Mulțumiri? Ce sunt alea? Vorbe și plecăciuni? Cu ce mă încălzesc ele? Ce îmi oferă ele concret? Sunt ele o plată?
Dacă nu asta doresc, atunci ce doresc? Doresc oare ceva de la tine?
Doresc oare să fiu răsplătit de univers? De Dumnezeu?
Dacă ar fi așa, înseamnă că ce-am făcut, am făcut pentru această răsplată din partea lui Dumnezeu, a universului.

Deci tu nu trebuie să faci nimic pentru mine. Unu, că nu ai ce, doi, pentru că nu am făcut nimic pentru tine, ci pentru mine.
E treaba mea cu mine, cu Dumnezeu, cu universul...

Mi s-a dat un ajutor. Pot să mulțumesc, pot să fiu recunoscător...
Dar cum fac asta?
Încercând să fiu servil și supus? Să fac temenele în fața salvatorului?
Este împovărător...
Strivitor...
Mă simt ca un sclav.
M-ai salvat și acum sunt sclavul tău...
Urât...

Dar oare tu te simți bine când mă vezi făcând asta?
Te simți bine când mă vezi că mă simt îndatorat? Adică neliber, sclav, nefericit, împovărat?
Pot eu să fiu mulțumit în felul ăsta?
Sigur, nu contenesc să îți mulțumesc din gură, dar nu sunt deloc mulțumit. Pentru că nu mă simt bine. Mă simt rău pentru că mă simt neliber, îndatorat.
Și atunci, paradoxal, de fapt nu îți mulțumesc. Doar încerc să-ți plătesc datoria pentru a scăpa de povară, pentru a scăpa de tine. Pentru că, de câte ori te văd, nu simt bucurie și mulțumire, ci îndatorare... De aceea încerc să te evit... Pe de altă parte mă simt vinovat că te evit și mă forțez să nu...
Dacă eu te ajut cu ceva, simplu fapt că te văd mulțumit îmi este suficientă plată. Dacă te văd că te simți îndatorat, deci nefericit, simt că am ratat, că am făcut muncă în zadar...

10. Despre educație

Părinții oamenilor păcătuiesc, pe lângă marea lor lipsă de răbdare, cu lipsă de fermitate, în cazul taților și cu foarte multă sufocare de grijă, în cazul mamelor.
Tații înlocuiesc fermitatea cu autoritarismul regulilor (iar, uneori cu autoritatea forței fizice – violență), mamele înlocuiesc căldura hrănitoare cu captivitatea dependenței. Tații afectează crenguțele și, în loc de flori și fructe, micul lăstar dezvoltă spini. Este reacția firească la autoritate, atunci când cuminția, complianța din frica de autoritate, nu ofilește și mumifică lăstarul...
Mamele sunt fie ca pământul prea acid de anxietate, deci otrăvesc rădăcinile lăstarului, fie se încleștează de rădăcinile acestuia să nu fie smuls de furtuni, înțepenindu-l până îi sufocă rădăcinile. Într-un astfel de sol, atât de dens, de tare nu mai intră apa, nu mai circulă nutrienții necesari micului vlăstar. Acesta, deci, va muri otrăvit, îi vor putrezi rădăcinile sau i se vor usca. Sau va supraviețui la limită, mititel și necrescut...
De aceea în multe povești și basme, mama (baba cloanța) și tatăl (balaurul/zmeul) trebuie uciși/învinși de erou pentru a merge mai departe...

Părinții aplanează, încearcă să compenseze, să abată atenția de la gravitate crezând că feresc copilul de durere și traume.
E un fel de ascundere în nisip a problemelor... în loc de a scoate la lumină ce e de scos... sincer, direct, dar cu căldură.
Este necesar ca părinții să invite copiii să spună, dar ținându-i în brațe, însă fără a face nimic pentru a le alina durerea, adică să facă ceva să treacă sau să o diminueze. Este bine ca părinții să-și ajute copiii să trăiască cu ea.

Cum îi ajută concret?

Prin exemplu.
Atunci când tu trăiești cu durerea că pe ei îi doare, cu vinovăția că pe ei îi doare. Dacă tu trăiești asta în mod firesc, natural fără să faci ceva să compensezi, vor face și ei asta... tot natural.
Nu vor mai fugi de durere.
Durerea este simțire de maximă intensitate. Dacă fug de ea nu mai simt. Nu mai trăiesc. Devin ne-simțitori.
Și de aici tot felul de "complicații".

Deci...
Nu pot să ajut pe cineva să trăiască (cu) durerea, dacă eu nu pot trăi cu durerea, cu neputința, cu vinovăția că nu pot să-l ajut...

"Când ești cu copiii, privește-i ca pe adulți. Când ești cu adulții, privește-i ca pe copii. Astfel vei fi în înțelegere cu ei." (Minamin)

11. Despre a ajuta

Cât de devotați și implicați sunt oamenii în a-i ajuta pe alții, fie aceștia copii, părinți, soți, prieteni, să se vindece fizic și psihic, să se îndrepte moral...
Sunt în stare să aloce mult timp, multă energie...
În cazul lor înșiși nu ar face așa ceva, ar amâna mereu ca nefiind o urgență.
Se ocupă foarte mult de paiul din ochiul altora, dar nu și de buturuga din propriul ochi.

Cum pot să scoată un pai din ochiul altora ei având o buturugă în propriul ochi?
De ce fac ei asta?
Ce le aduce asta?

Dacă fac asta înseamnă, e o dovadă că ei sunt în regulă? Dacă te ajut pe tine, e clar că sunt măcar un pic mai bine decât tine, nu?

Cu cât pot să te ajut mai mult, cu atât sunt mai bine decât tine. Iată o credință care mă mână să mă îndrept cu energie și stăruință în această direcție.

Are multe avantaje. Satisface multe norme și valori moral-culturale. Cea mai importantă dintre ele ar fi ideea de altruism. "O fac pentru el, nu pentru mine". Nu sunt atât de preocupat de mine, nu sunt egoist. Ne este jenă să investim atât de mult în a scoate buturuga din ochiul, sufletul nostru. Atât de multe resurse pentru propriul interes? Mai încolo, după ce rezolv problema cu copilul, cu soțul, cu părinții, cu...
Având în vedere că aceste probleme ale celorlalți s-ar putea să nu se rezolve sau să apară mereu altele, vom amâna la nesfârșit să ne ocupăm de ale noastre.

Dar noi nu putem face nimic pentru a scoate paiul din ochiul, sufletul celuilalt dacă acesta nu ne lasă. Mai mult, de cele mai multe ori doar ei înșiși pot face lucrul ăsta. Noi putem doar să-i asistăm.
Alteori, în timp ce noi ne străduim să scoatem paiul din ochiul celorlalți, ei, la rândul lor gândind ca și noi, se străduie să ni-l scoată pe al nostru... Ce imagine!...

În fine, putem înțelege de ce observăm că cei mai mulți oameni cer ajutorul nu pentru ei înșiși, ci mai degrabă să ajungă să poată să-i ajute pe alții…

Culmea este că funcționează pe moment. Ne creează senzația de putere – că deținem controlul, că suntem sănătoși, că suntem ok... Are efect narcotic, creează

dependență. Și astfel vom avea nevoie mereu de a ajuta. Vom avea mereu nevoie de neajutorați...

12. Despre sens și scop

Nu prea găsim sensul lucrurilor așa-zis mărețe...
Sau a celor mărunte care trăiau în/prin cele mărețe...
Ce fac eu aici?
Ce am de făcut?
Poate că întrebarea nu e corect pusă. Poate nu e vorba de a face. Poate e vorba de cum fac și/sau de cum trăiesc ce fac, indiferent ce ar fi aceasta...

Suntem dresați să ne îndreptăm către țintă. Să ieșim la lumină. Dar când ieșim, suntem dezorientați. Nu mai știm ce să facem. Noi știm doar să scăpăm de întuneric. Nu știm ce să facem cu lumina. Cât timp avem o țintă – Luminița de la capătul tunelului – ne îndreptăm spre ea. Știm clar ce facem, ce vrem. Ne orientam bine în tunelul întunecos pentru că avem Luminița ca ghid. Dar când se face lumină peste tot (pentru că am ieșit din tunel), încotro ne îndreptăm?
Dar trebuie să ne îndreptăm?
Așa am fost învățați. Așa ne-am obișnuit. Să parcurgem cărarea prin tunel. Aveam o treabă, un scop. Aveam de lucru. Făceam ceva... eram în epic, în epopee...

Când aflăm, când ne e clar, când știm, ceea ce ni se părea cu sens înainte, acum nu ni se mai pare.
Ne e greu să trăim fără această direcție, fără un înainte... fără sens, fără menire, fără misiune, fără un job... fără utilitate.
Ne este familiar verbul a face, dar nu și verbul a fi. Am fost obișnuiți să fim prin a face. Că ține de noi. Facem să fim...

Ei bine, aflăm că suntem oricum...
Și acum, ce vrem să facem?
Mai vrem să facem?
De ce?

Dar oare este importantă întrebarea cauzală de ce?
Ne-am obișnuit cu ea. Că ea justifică totul. Orice "a face"...
Când nu mai ai de treabă să fii pur și simplu sau să fii sau să nu fii într-un fel sau altul, te simți ca și când ți-ai pierdut toate reperele, toate valorile...

A fi Util – a face ceva care fără mine nu ar fi.

Dorința de a crea, de a fi creator, măcar într-un fel, ca element necesar în Creație, ca unealtă. Deci, necesar fiind (unealtă), Creatorul nu ar putea să creeze fără mine. E o dorință de a limita atotputerea și libertatea Creatorului prin necesitatea existenței mele. Paradoxal, îmi diminuez valoarea absolută de a fi pur și simplu, că Dumnezeu m-a vrut de frumusețe, prin dorința de a mă fi vrut ca necesitate – "să-i aduc un pahar la bătrânețe".

Viața nu este despre și pentru scop, de a găsi sens în tot ceea ce faci și de a face din cauza sau pentru ceva. Viața nu este pentru a face o anumită treabă și pentru asta să te ferești de detaliile vieții pentru a nu te îndepărta de calea cea bună. Nu există o cale corectă de a trăi. Există doar trăire a fiecărui detaliu cât de mic al vieții.
Există o frică de a te pierde în detaliu, de a te pierde în viață, dar fără a (te) pierde, nu (te) poți găsi.
Ce s-ar întâmpla dacă ne-am pierde în detaliile pe care viața ni le așterne pe drumul vieții?
Dacă ne-am pierde în ele, dacă le-am trăi? Oare nu ar însemna asta mai mult decât finalul, sfârșitul drumului?
Dar ăsta e un cuvânt greu de dus pentru oameni.

Le e extrem de greu să trăiască în afara constrângerilor scopului, sensului... în afara oricărei finalități...
Să trăiască iac'așa, d'aia, degeaba, ar resimți asta ca pe cel mai mare coșmar...
Cel mai adânc iad...
Și "Iadul", așa cum și-l imaginează ei, cu suferințe și chinuri, e de preferat decât asta…
Și, cum asta este de fapt libertatea, se vede câtă repulsie, frică au de libertate…
În veșnicie scopul, sensul e nonsens. Numai în orizontul limitat al morții, al finalității, al fricii de moarte omul se agață de sens ca de un colac de salvare care să-l scoată din nimicnicie, din micime... Prin el vrea să facă o diferență, să însemne ceva. De aici alergatul după caii verzi pe pereți ai trufiei...

În veșnicie nimic nu are sens în afara libertății, a lipsei de sens și scop. În spațiul timpului limitat, libertatea nu are sens, fiind strivită de scop și sens, de rațiuni și reguli...
Clar e că oamenii nu sunt pregătiți pentru veșnicie atâta vreme cât resping libertatea și se agață de sens ca de un drog...

13. Despre păsare/a ține la (a ține partea)

"Ucenicul ce va fi împărțit, va fi plin de întunecimi; cel ce va fi gol, va fi umplut de lumină." (Evanghelia după Toma)

Ca să primesc Voia Lui Dumnezeu (să spun facă-se Voia Ta), este necesar să-i fac loc. Ea nu are loc de dorințele și vrutele mele. Dar doar așa, golit de ale mele, voi fi umplut de Voia Lui Dumnezeu, de Hristos.

Când vrei să ții partea mai multor lucruri, să împaci de exemplu opinii diferite, dorințe diferite, interese diferite,

te vei împărți. Îți vei împărți timpul pentru a le satisface pe fiecare. Vei împărți timp și spațiu. Vei pune granițe. Dar acest lucru conduce la conflicte la graniță. Fiecare va intra în competiție cu toate celelalte pentru obținerea unui spațiu și unui timp mai mare pentru sine. Deci dorința obsesională de armonizare a totului diferit, de satisfacere, mulțumire a fiecăruia conduce inevitabil la conflict. Aceasta politică corectă nu conduce la pace, ci la competiție, la conflict interior (sau exterior), conduce la război, la "întunecime". A ține partea înseamnă păsare pentru oameni. Așa înțeleg ei să iubească, prin păsare partinică, uitând (sau negândindu-se) că a ține partea cuiva/la ceva se împotrivesc, intră în conflict cu alt-cineva/alt-ceva, intră în război, nu fac pace. Asta este o atitudine patriotică de tip tribal, nu iubire.

Când cineva spune "nu-ți pasă de mine?", ce vrea el de fapt de la tine?
Când spun "îmi pasă de tine", ce spun de fapt?

Păsarea înseamnă de fapt a avea sentimente de căldură și grijă față de celălalt.

Dar nu este folosită în sens de dragoste, ci în sens de îți vreau binele. Cum? Așa cum consider eu. Nici tu, nici Dumnezeu nu știți... ce este bine pentru tine așa cum știu, văd eu. Pentru că îmi pasă atât de mult...
Iar Dumnezeu trebuie să mă asculte, dacă mă rog mult, mult...

A păsa are mai degrabă (așa cum este el folosit de obicei) sensul de a ține la, a ține de, adică a te crampona de cineva/ceva considerat al tău, valoros pentru tine. Apare astfel tendința de a îl apăra, de a lupta pentru el. Se vede asta mai mult referitor la ceva (idei, principii, adevăruri...) pe care tindem să le apărăm cu înverșunare când credem

că sunt atacate, "rănite". Astfel intrăm în conflict/război cu orice "amenințare" la adresa lor – ieșim din pace. Pentru că noi credem că acestea pot fi pierdute pentru noi. Ne este frică sau ne doare...
Dar nimic din ce este adevăr nu se poate pierde. Nu se pot pierde Adevărul, Dragostea, Iubirea, Bucuria, Pacea... Nu pot fi nimicite și nici avute. Dar pot fi îndepărtate de la noi tocmai atunci când ținem de ele, când ne luptăm pentru ele, când ne împotrivim "dușmanilor" acestora...

"Cu o singură sămânță pe zi, dați corpurilor voastre ceea ce este necesar și minții voastre dați spațiu pentru a se lărgi în adâncurile cunoașterii posibile, deoarece nu există perfecțiune decât dacă există completitudine şi nu există completitudine fără iluminarea absolută a conştiinței.
Căci cineva nu trebuie să fie umplut până la saturație, ci să mănânce atât încât să nu se gândească la hrana pentru trup, ci la hrana pentru suflet.
Luați această sămânță: atunci când mâncaţi sămânța, mâncaţi potențialul vieții și, odată cu aceasta, consumați și dobândiţi propriul potențial și înțelegerea viitorului vostru. Căci din această sămânță poate să crească un copac, iar acesta este pomul vieţii voastre și ramurile sale se pot răspândi, atât timp cât sămânţa nu este înghesuită de alte semințe.
La fel cu mâncarea pe care o consumaţi, la fel este și cu gândurile pe care le produceţi. Căci dacă auziți multe idei contrastante, alegeți una și urmați-o pe aceea pentru a construi calea în fața voastră.
Căci, dacă alegeți toate ideile, niciuna dintre ele nu poate creşte și, ca semințele, se înghesuie reciproc." (Evanghelia Desăvârșirii, 7. Yeshua în Tod-Bod: de la vârsta de douăzeci și trei la douăzeci și cinci de ani)

14. Despre siguranță și încredere/credință

"Siguranța se bazează pe știu, însă încrederea se așează pe nu știu. Deci, nu putem trăi fără încredere, fără a crede, fără credință, pentru că nu putem ști niciodată totul..."

Iar dacă am ști totul, nimic nu ne-ar mai surprinde și astfel trăirea ar fi searbădă, în pofida sau chiar din cauza senzației de stabilitate pe care o poate da pre-știutul.
Dar omul vrea să știe, să prevină, să se simtă în siguranță. Astfel, instrumentarul de homo sapiens – logica, imaginația, creativitatea, memoria etc. – este pus în slujba instinctului de conservare/supraviețuire. Lipsa sau insuficienta dezvoltare a acestora la alte vietăți favorizează o trăire în prezent. Adică o trăire, pentru că trăirea nu poate fi decât în prezent. În viitor este imaginație, iar în trecut este memorie. Trăirea în imaginație/proiecție sau în amintire se petrece, este adevărat, în prezent, dar ceea ce se trăiește este o simulare.
Oamenii spun că celorlalte ființe le lipsește conștiența de sine, conștiența faptului de a fi aici și acum. Adică, a fi "cu știință".
Presupunând că această teză ar fi adevărată (cu toate că nu o putem nici confirma, nici infirma deocamdată), oamenii au avantajul lui "a fi cu știință", dar tocmai de aceea poate le este extrem de greu (iar pentru unii imposibil) să trăiască pe a fi, adică să se mențină în prezent. Sunt atrași de știu, iar știul nu se poate trăi.
Nevoia de siguranță îi răpește în viitor, amintirile (plăcute sau neplăcute) îi trag în trecut. Trecutul e sigur și căldicel, iar viitorul e amenințător prin faptul că e neștiut.
Retrăind trecutul, retrăim ceva stabil, fixat, sigur, chiar dacă este neplăcut. Dacă este prea neplăcut, avem posibilitatea de a-l uita. Putem rescrie povestea...

Poveștile pot fi atractive în multe feluri. Din locul sigur din care le privim, suntem dispuși să ne uităm chiar și la o poveste horror... De multe ori chiar acestea ne atrag mai mult. Au mai mult suspans, adică neștiut. Ne place să fim surprinși... ne place să trăim. Și uite așa stăm în jurul focului sau la televizor și retrăim ca în simulare poveștile noastre sau ale altora – trecutul nostru sau al altora. Când este al nostru, spunem că ne cunoaștem, că vrem să ne înțelegem, că vrem să înțelegem ce și de ce s-a întâmplat. Când este a-l altora spunem că empatizăm, simpatizăm, socializăm, că îi vom cunoaște și ne vom apropia de ceilalți. Desigur că toate acestea se întâmplă și nu este nimic rău sau bun în sine, doar că nu mai ieșim de acolo, nu ne mai ridicăm de pe canapea. Nu mai venim în prezent. Rămânem în deja știute, deja trăite...

Ca să proiectăm însă un viitor dorit, trebuie să știm. Pentru a ști, presupune să adunăm informații, să evităm eventuale erori, greșeli, să prevedem eventuale piedici/pericole ce este posibil să apară pe parcursul îndeplinirii proiectelor, dorințelor noastre. Cu cât realitatea apare a fi mai complexă, cu atât nevoia de a ști se arată mai stringentă. Cu cât nevoile, dorințele sunt mai stringente, cu atât nevoia de a ști pentru a le satisface devine mai stringentă. Pe parcursul îndeplinirii proiectelor se arată a fi necesar în primul rând îndepărtarea/evitarea obstacolelor, pericolelor – ce se împotrivesc săvârșirii proiectelor. Amenințarea pericolelor se arată a fi în primul rând ținta științului pentru a le putea pre-întâmpina. A le veni înainte, a le întâmpina cu eficacitate și o cât de mare eficientă (Randamentul – reducerea posibilității pierderilor).

Știința în general, precum și diferitele domenii științifice, specialitățile și specialiștii săi există și au apărut ca să asigure siguranța viitorului. Nu întâmplător, una din cerințele pentru ca o disciplină să fie considerată științifică este ca aceasta să poată emite predicții pe baza

informațiilor acumulate. Cerința de a oferi explicații în vederea înțelegerii realității studiate este în plan secund, stringent (constrângător) este să avem o predicție în baza căreia să putem imagina intervenții de corectare (control) pentru a fi cât mai siguri de reușita proiectelor/satisfacerii dorințelor.
Cam asta este istoria umanității, cel puțin cea înregistrată de un timp încoace.

Dar ce facem cu această nevoie de siguranță în cazuri concrete?
De pildă în domeniul sănătății, pentru că acesta este un domeniu sensibil pentru majoritatea oamenilor, indiferent de varietatea dorințelor și valorilor. De ce? Pentru că are o puternică legătură cu instinctul de conservare/supraviețuire, chiar punctul de plecare al acestui discurs, dar și al întregului proces de a ști al omului.

În domeniul sănătății problema centrală este putința de a interveni într-o afecțiune/boală pentru a reduce sau îndepărta efectele incapacitante, nu în ultimul rând putința de a trăi.
Constatarea, în urma observării în practică, că la majoritatea bolilor cu cât intervenția este mai tardivă, efectul benefic este mai mic sau ineficient, a condus la orientarea spre prevenție. Prevenția s-a axat pe diagnostic și prognostic. Prognosticul unei boli este stabilit pe experiența trecutului – cum a decurs, cum a evoluat aceasta la majoritatea oamenilor care au avut-o. Tot prognosticul stabilește și gravitatea unei afecțiuni/boli în funcție de gradul de incapacitate sau letalitate pe care îl poate provoca. Gravitatea unei boli, deci, face trimitere la costuri sociale contabilizate în efort financiar și economic, precum și în costuri personale contabilizate în suferință și pierderea vieții. Individul și societatea cu instituțiile sale

specializate ar fi deci cointeresate de a depune eforturi în diagnosticare.
Diagnosticul unei boli vine la pachet și cu prognosticul ei, cu gravitatea. A lua "din pripă" o boală pentru a avea șanse de vindecare înseamnă a pune diagnosticul din timp. Dar ce înseamnă din timp? La unele boli, chiar înainte de apariția primelor semne, ceea ce înseamnă a monitoriza, a ține sub observație. Acest lucru a condus la o uriașă investiție în "industria" analizelor, testelor care să arate înainte de consultul clinic, care se bazează pe simptome prezente, dacă există posibilitatea și probabilitatea apariției vreunei afecțiuni. S-a demarat o serie întreagă de cercetări, studii care să determine ce poate să conducă la modificări ce pot predispune la diverse afecțiuni. S-au investigat elemente genetice, alimente, factori poluanți, comportamentali etc. În baza rezultatelor s-au luat măsuri de prohibiție sau de promo educaționale, toate acestea modelate fie pe factori coercitivi, fie pe inducere a fricii. Totul până aici pare perfect logic și chiar este, dar nu și psiho-logic.
De exemplu, s-a considerat și încă se consideră că este eficient așa, chiar dacă memoria a câteva mii de ani de experiență educațională, precum și o serie de studii au arătat că coerciția (binele cu forța) are de cele mai multe ori efectul contrar, iar inducerea fricii conduce chiar la efectul pe care vrei să-l eviți. Pe de altă parte, verificarea anticipată pentru afecțiuni grave induce o obsesivă căutare, vânare de rezultate. Orice abatere de la standardele statistice creează panică. Panică ce fie agravează prognosticul când diagnosticul este pus, fie scade drastic calitatea vieții în fața posibilității apariției unui asemenea simptom. Aceeași panică (din motive diferite) este împărtășită și de specialiști și de pacienți sau posibili pacienți. Variația rezultatelor testelor conduce la nevoia repetării lor pe motivul absolut logic "ca să fim siguri că nu e..." Conduce, adică, la nevoia de precizie, de

certitudine. Ne aflăm astfel în situația în care acest proces preventiv a ajuns să aibă costuri uriașe și sociale și personale. Cele personale, însă, sunt cele mai dezastruoase. Omul a ajuns să trăiască în frica de posibilitatea bolii și a morții, motiv pentru care el nu mai locuiește deloc în prezent, ci doar în viitor, consecința fiind o scădere drastică a calității vieții până la a nu mai trăi deloc... decât frică atunci când e sănătos și suferință atunci când este bolnav.
Specialiștii, însă, au încă un cuvânt de spus în această situație. Ei pot provoca frică sau pot liniști în funcție de ce prognostic pot da pe baza interpretării unor rezultate la analize sau teste. În funcție de cât de multă precizie și siguranță își doresc ei înșiși, fie pentru ei (d.p.d.v. al praxisului legal), fie pentru pacienți (d.p.d.v. deontologic uman), vor înclina fie spre a induce nocebo, fie spre reducerea acestuia, fie spre a induce placebo.
Dar acest lucru ține de caracteristici individuale, independente de nivelul de pregătire profesională.
Specialiștii sunt situați în fața unei dileme. Dacă nu depistăm la timp o afecțiune/boală, este posibil ca acest lucru să conducă la moartea unui om; dacă inducem frică pentru a determina obsesia investigării preventive în vederea depistării și a punerii diagnosticului la timp, menținem majoritatea oamenilor în stres cu efectele sale nocive pentru sănătatea fizică, mentală și scăderea generală a calității vieții.
Deci, ca să salvăm la timp pe cineva putem pune în pericol pe mulți... Putem face oare o comparație cantitativă aici? Unul valorează mai mult decât mai mulți sau mai mulți decât unul?
Cine își poate asuma asta?
Numai subiectul investigației și-o poate asuma. Pentru că el este cel care suportă direct consecințele – boala, suferința, moartea...

Dacă acesta nu-și asumă și vrea să pună în cârca specialistului întreaga responsabilitate, atunci specialistul poate intra în reacție de apărare și apela la nevoia de certitudine, care după câte am văzut, conduce la nocebo pentru pacient. Deci, în acest caz depinde de conștiința și în final de curajul specialistului. Curaj, pe de o parte, pentru că nu poate ști tot și deci să ajungă la certitudine și, pe de altă parte, curaj în a face alegeri libere sub amenințarea, responsabilizarea din partea pacientului.
Dacă subiectul investigației își asumă, el se poate duce la diverși specialiști pentru a avea mai multe opinii. Dar în final, alegerea îi aparține.
Este adevărat că specialistul este reprezentantul autorizat al autorității unui domeniu, pe când omul (potențialul pacient) nu este. Dar acesta din urmă este singura autoritate în ceea ce privește propria viață. Nevrând, însă să poarte, această responsabilitate, cel puțin nu de unul singur, se va consulta cu mai mulți doctori. Unul poate să-l anxieteze, altul poate să-l liniștească, să-i neutralizeze noceboul indus de celălalt.
Numai un specialist poate să facă asta pentru că este investit cu autoritate. De aceea, o atitudine, un cuvânt, o informație a unui specialist are putere. Atâta vreme cât îl investești cu autoritate de competență. "O știe el ceva, nu se poate, doar e specialist"... Este de fapt vorba de a investi cu autoritate o disciplină științifică. Și automat pe cei "certificați" ca specializați oficial în ea, ca specialiști...
De aceea o informație negativă (indicând un pericol) provenită de la ei naște neliniște, provoacă nocebo. Și tot de la ei poate veni placebo sau neutralizarea nocebo – liniștirea...
Altcineva nu prea poate desființa ce spune un specialist... pentru că nu-l investim cu încredere, nu are competență pe domeniu. Culmea este că domeniul însuși este acaparat de o doctrină științifică bazată pe axioma pericolului, pe nocebo. Și cum nocebo are putere de determinare a

realității prin credință, se va confirma prin "dovezi" concludente... prin statistici...
E un cerc vicios...

Atenție unde îți pui credința...
Unde acorzi atenție...
Că aceea va fi...
Avem de lucru cu noi înșine...
Dacă pentru credința noastră avem nevoie de dovezi exterioare, atunci suntem fără scăpare. Pentru că nocebo ne va furniza dovezile că pericolul este real și se va produce conform doctrinei. La fel și placebo, numai că acesta, fiind mai puțin "promovat", va aduce mai puține dovezi și astfel va fi în "dezavantaj statistic"...
Este necesară o schimbare cataclismică. Atunci când, în disperare fiind, când nu mai am nicio speranță din partea specialiștilor, am de ales între resemnare și a-mi pune credința în altceva. Resemnarea ar însemna staționarea în aceeași paradigmă, fidel credinței în dovezile statistice ale existenței pericolului, ale nocebo, ale osândei...
Renunțarea la această credință ar însemna renunțarea, desprinderea de toate reperele și valorile conexe prin care am văzut viața până în acel moment – renunțarea la "cunoscut", într-un fel la lumea mea. Asta ar fi o schimbare radicală și năucitoare pentru spirit, pentru că necesită o plutire în derivă, în neant, în nu știu, în nimic...
Este ca un salt în neant, în prăpastia nimicului. Acest salt este saltul în credință. Credința este încredințarea în nimic, pentru că nu te mai bazezi pe niciun ceva știut. Este facă-Se Voia Ta (Nelimitării), nu a mea, nu împlinirea propriei dorințe. Iar eu nu știu această Voie, dar mă încredințez în ea, mă arunc în ea.
Credința este un avânt, o aruncare în, nu o pășire cu grijă, nu o precauție. Seamănă mai mult cu nebunia și prostia pentru că este făcută în neștiință – Neștiutul fiind casa încrederii...

Deci, dacă cineva nu vrea, nu suportă să trăiască fără să știe, nu va trăi... decât neviață și/sau nemoarte.

Cine... e indestructibil și nemuritor. E întreg. Nu îi lipsește nimic și nimeni. A-ți păsa de Cineva înseamnă de fapt "vreau să fiu cu tine". Atât. Prin păsarea de Cineva nu dau decât prezență, timp...
În lumea asta păsarea este păsarea de ceva, cevaul cinevaului. Trupul lui. Confortul lui. Adică sănătatea și averea. Eventual durere/plăcere...
Neutralitatea poate părea o nepăsare. Și, totuși, e deasupra păsării care înseamnă a face bine cu forța. Abia păsarea venită în acceptare putem spune că e eficientă, că nu naște conflicte, război...
"Cine ține (îi pasă) de viața asta o va pierde, cine nu, o va câștiga..." spune Yeshua e Meshyha. Se referă aici la intenția paradoxală sau la eficiența acceptării, a lăsării? Sună a nepăsare pentru cei care vor neapărat să fie bine, forțat. Pun binele deasupra libertății. Or, libertatea este persoana în esența sa absolută. Nimic nu poate fi pus deasupra... Una este să îți dorești moartea, alta este să nu te agăți/cramponezi de viață cu disperare (atașament). Viața, persoane, proprietăți etc... cum spunea Buddha, atașamente.
Când traducem concret expresia îmi pasă și îți vreau numai binele, ne referim la persoană sau la cevaul ei? La trupul ei etc.?

Inchiziția era foarte păsătoare... nimicea prin tortură și ardere trupul pentru a salva sufletul... cu forța.
Acum ce se încearcă a se salva? Și pentru asta, ce se sacrifică?
Oamenii sunt mișcați de ceva mai mult decât de cineva. Din frică de a nu pierde. Numai ceva se poate pierde.
Oamenilor le este frică să nu își piardă sănătatea/integritatea corporală sau viața (corpul) – în

principiu, ceea ce consideră valoros. Inadaptările la viața de relație (cu partenerul, cu jobul, cu familia etc.) pot conduce la pierderea acestora.
Dacă toate astea nu ar fi în pericol de pierdere, nu s-ar sinchisi. Deci nu persoana, nu cinevaul e important...
Cevaul. El reprezintă siguranța lor... AVEAUUL.

"Când ne dorim ceva al nostru, pierdem Totul, în special ce ne dorim." (Minamin)

"Trupul meu este în întregime perfect, căci este creat în întregime de Dumnezeu să fie loc de întâlnire în bucurie și pace." (Minamin)

Trupul (fie acesta fizic sau de altă natură – în esență tot Ființă) este locul în care ne întâlnim cu oricine și orice. În el simțim lumea (oricare ar fi aceasta), pe celălalt (oricine ar fi acesta), Creația. În Lume fiind, tot în trup mă întâlnesc și îl simt pe Dumnezeu.

15. Despre încredere

Credința este încredere – știul meu.
Este iubirea în esență. Este Timpul. Este Atenția. Atenția, Credința...
Bucuria este atitudinea (trăirea) cu care primesc, las Iubirea în/prin mine..
Adică, ca să punem în formulă, cu cât intenția mea (voia mea, sensul, scopul...) este mai mare fie în iubire (atenție), fie în dragoste (simțire), cu atât bucuria scade..
"Fie voia Ta" este Bucuria. Lipsa de voie a mea este bucurie. Degeaba-ul este bucurie. Mă bucur de ce este, nu de ce/cum vreau să fie..
Ce este este. Este Ființa. Mă bucur de Ființă. Așa cum e. Cum se arată ea mie la un moment dat. Nu poate fi altfel.

Dacă vreau altfel, condiționez. Ce? Pe Cine? Ființa. Pe Yeh!!!
Pe buneeee?!
Deci, bucuria este lipsa oricărui scop, utilități etc...
Lipsa vreaului meu. Lipsa intenției. Indiferent că intenția este bună....
Fără bucurie, iubirea și dragostea se pierd și/sau se pervertesc în chin și suferință...
De multe ori apare și conflict între ele. Între timp și spațiu, între minte și inimă...
Renunțarea la propria voie este Calea.
Fie voia Ta este cheia – este Bucuria

Nu există un "domeniu" al Voii Tatălui.
Sunt toate și niciunul.
Accidentele pot fi din prostia, neatenția (deci alegerea lipsei de atenție) a persoanei sau spiritul de competiție și demonstrativitate (orgoliu) și alte prostii.. sau greșeala altuia, dar oricum s-ar fi întâmplat oricum dacă alegerea era deja făcută de tine anterior acestei vieți.
Toate astea sunt îngăduite de Tatăl, dar nu sunt Voia Lui.
Dar "primirea" lor, acceptarea lor după ce s au întâmplat este la fel. Dacă s a întâmplat, acum este așa. Las sa fie sau nu. Aici este vorba de asumare (a primi, a îmbrățișa ce este, ce simt etc.).
Deci nu este vorba de:
"Stai puțin să văd care este Voia Tatălui, pentru că doar pe a lui trebuie să o fac, nu pe a altui labagiu (eu sau altul). Dacă am pățit asta din voia Tatălui, atunci o accept, dacă e din cauza mea sau a unui cretin, atunci mă împotrivesc și urlu ca nebunul..."
Asta ar fi mai degrabă o supunere la o autoritate – cea a Tatălui. Nu despre supunere este vorba aici. Hai să cercetăm care e Voia Lui, să nu cumva să facem voia altuia…
E simplu sa vezi dacă ești sau nu în Voia Tatălui…

Când nu simți că faci efort, adică când nu te opui (indiferent de ce simți – durere, plăcere, disperare etc.), atunci lași să fie. Ce? Ce este. Voia Tatălui...
De exemplu, și dacă vrei prea tare să simți bucurie, te opui, forțezi. Ce? Ce simți acum. Și care nu este bucurie.
Când lași să simți, să se întâmple ORICE, atunci te lași în Voia Tatălui.
Când alegi să faci ceva, orice ar fi aceasta, bucuria cu care o faci arată că ești în Voia Tatălui. Când se duce din bucurie, începi să ieși din Voia Tatălui.
Deci bucuria este reperul…

"Mama e Totul și Totul e Mama. Tatăl e Nimic(ul) din care Totul s-a născut."
"Copiii Tatălui vin de la/din Tatăl prin pântecele sacru al Mamei și locuiesc la/în sânul Mamei, în îmbrățișarea Ei, cu fața la ea, iar Tatăl îi mângâie pe spate." (Minamin)
Asta înseamnă că nimeni nu-L poate vedea pe Tatăl. Cel care L-a văzut pe Fiul, L-a văzut pe Tatăl.

Orientalii scot mai întâi granița dintre eu și minte-emoție-corp (care este de fapt egoul, adică reflectarea, imaginea eului în ființa "proprie"), identificând eul cu egoul. Prin asta desființează eul și îl transformă în iluzie sau în ceva concret (psihofizicul), apoi scot și granița asta ajungând la cevaul absolut, infinit, total – Totul.
În partea cealaltă, în mistica creștină ortodoxă (în isihasm), se desființează granițele dintre minte, emoție și corp, apoi cea dintre psihofizicul propriu "ființa proprie" (curtea pe care am făcut-o, gardurile ridicate de noi) și Ființa infinită, Totul.
Apoi eul rămâne "eu", "martorul" constant, dar sare granița și are acces la Ființa Totală, la Totul.
Eul este nonlocal/aspațial și atemporal, fiind niciun ceva (nimic), fiind cineva. Dar nu poate exista decât în Ființă, în sânul acesteia, în Totul. Adică nu poate exista decât în

Eu Sunt, nu doar Eu. Doar Eu nu poate "fi" decât EU cel absolut (Nimicul Absolut), izvorul a toate, din care a ieșit Sunt, Ființa absolută, Totul – Mama.
Ființa este ca o oglindă în care eu se poate vedea și poate fi văzut.
De aceea Dumnezeu îi spune lui Moise că "Voi trimite Fața mea înaintea poporului Meu". Se referea la Hristos, care este Fața Tatălui, Icoana. Iar cine vede această Icoană, Față l-a văzut pe Tatăl. Chipul, Fața, Icoana sunt elemente fundamentale în Creștinismul ortodox. Treimea, Cei de O Ființă este înfățișată ca Un Trup (Ființa) cu trei Fețe, Chipuri. Acestea sunt imaginea formată în ființă a Persoanelor, nu Persoanele Însele.
Tatăl s-a făcut Fiu, s-a făcut frate cu noi pentru a-L vedea, a-L atinge, a-L auzi de aproape, a Fi cu noi în Sânul Ființei. A fi în noi și noi în El, în Trupul Totului, Ființa. Dar el ține Ființa (icoana în care Maica Domnului este mică și ținută în brațe de Hristos) și El este în Sânul Maicii (Ființei, Totului), ținut în brațe de Maica Domnului, adunându-ne pe toți în Biserică, în Maica. Euharistia este accesul nostru la Sânul Maicii în împreună cu El. Pâinea cea de toate zilele este Pâinea Cea spre Ființă, spre Sânul Ființei, unde sălășluiește El ca Pantocrator. Trupul lui este Calea către acest loc. Asumarea, mâncarea acestui Trup de Ființă este accesul pentru a fi împreună cu Tatăl ca Frate. Doar așa putem fi cu Tatăl, ca Fiu și Frate al nostru – Icoană a Tatălui. Pentru asta trebuie să fim un Trup. Să desființăm granițele care ne separă trupurile, "ființele noastre proprii". Să nu ne mai apărăm cu îndârjire, "curțile" pe care ni le-am format ridicând garduri din uluci de piele...
Când toți vom fi una în Ființă, cu tu, cu el... Când nu voi mai percepe diferența între "ființa mea" și cea a ta sau a pietrei...
De aceea Teologia Icoanei și în principiu Creștinismul Ortodox, în pofida multor limitări de natură omenească, este în esență cel mai aproape de Adevărul Lui Hristos.

Ființa este un miracol, un miracol de frumusețe în diversitatea Ei infinită. Persoana, însă, este o Taină, ascunsă Lumini...
Ea se arată în Lumina Ființei, dar în momentul în care se arată ca și Chip în Ființă, se învăluie, se ascunde…

16. Despre Credință ca "tehnică"

Extrase din "Legea şi Făgăduiţa" (Neville Goddard, 1961)

"Imaginația este atât conservativă cât şi transformatoare. Este conservativă atunci când îşi construieşte lumea din imagini oferite de memorie şi de evidenţa simțurilor. Este creativ transformatoare atunci când imaginează lucrurile aşa cum ar trebui să fie, construindu-şi lumea din vise generos de extravagante. În procesarea imaginilor, cele care au prioritate firesc sunt cele ale simțurilor. Cu toate acestea, o impresie vizuală curentă este numai o imagine. Nu diferă ca natură de o imagine din memorie sau o imagine dintr-o dorință. Ceea ce face o impresie vizuală actuală atât de real concretă este imaginația individului care funcționează în ea şi gândeşte din ea; pe când, într-o imagine din memorie sau dintr-o dorință, imaginatia individului nu funcționează în ea și nici nu gândeşte din ea, ci funcționează în afara ei şi gândeşte la ea.

Dacă ai intra într-o imagine în imaginația ta, ai înţelege ce înseamnă a fi creativ transformator: atunci ţi-ai realiza dorința; și atunci ai fi fericit. Fiecare imagine poate fi întrupată. Dar dacă tu, tu însuți, nu intri în imagine și nu gândeşti din ea, este incapabilă de a se naşte. Aşadar, e culmea nebuniei să aştepţi ca dorința să se realizeze prin simpla trecere a timpului. Ceea ce necesită ocupare imaginativă pentru a-şi produce efectul, evident, nu poate

fi îndeplinit fără o asemenea ocupare. Nu poți fi într-o imagine și să nu suferi consecinţele de a nu fi în alta.

Imaginația este **senzaţie spirituală**. Intră în ***imaginea*** dorinţei împlinite, apoi dă-i dinamism senzorial și tonuri de realitate purtându-te mental așa cum te-ai purta de ar fi o realitate fizică. Iată, deci, ce vreau să spun prin senzaţie spirituală. Imaginează-ți că ţii un trandafir în mână. Miroase-l. Remarci fragranța trandafirului? Ei bine, dacă trandafirul nu e acolo, de ce simţi mirosul lui în aer? Prin senzație spirituală – adică prin vedere, auz, miros, gust și pipăit imaginare poți da imaginii dinamism senzorial.

Imaginile imaginației noastre sunt realități ale căror orice manifestare fizică e numai o umbră. Dacă suntem fideli viziunii, imaginea va crea pentru sine unica manifestare fizică de sine pe care are drept să o creeze. Vorbim despre „realitatea" unui lucru atunci când vrem să spunem 'substanța lui materială'. Asta e exact ceea ce un imaginator vrea să spună prin 'irealitate' sau 'umbră'.

Imaginarea e **senzație spirituală**. Intră în ***sentimentul*** dorinţei tale împlinite. Prin senzație spirituală prin folosirea imaginară a văzului, auzului, mirosului, gustului și – atingerii tale – vei da imaginii tale vitalitatea senzorială necesară pentru a produce acea imagine în lumea ta exterioară, sau „a umbrelor".

Orice activitate imaginativă ce dobândeşte intensitate prin atenţia noastră concentrată asupra clarității finalului dorit tinde să se reverse în zone dincolo de cea în care ne situăm noi; dar trebuie s-o lăsăm să se regularizeze de la sine. Este minunat de bogat echipată pentru a se adapta și a-şi ajusta mijloacele de a se realiza pe sine. Odată ce începem să gândim în termeni de influenţă în loc de

claritate a finalului dorit, efortul imaginării devine un efort al voinţei şi măreaţa artă a imaginării este pervertită în tiranie.

Omul și trecutul lui sunt o structură continuă. Această structură conţine toate cele ale trecutului ce au fost conservate şi încă operează sub limita simțurilor pentru a influența prezentul şi viitorul acestei vieți. Întregul îşi duce cu sine tot conținutul; orice alterare a conținutului va duce într-o alterare a prezentului şi a viitorului. Primul act de corecție sau vindecare este întotdeauna: "Revizuieşte!". Dacă trecutul poate fi recreat în prezent, la fel poate fi și trecutul revizuit. Şi astfel trecutul revizuit apare în chiar inima vieții sale actuale.

Nu există ficțiune. Dacă o activitate imaginară poate produce un efect fizic, lumea noastră fizică trebuie că e, în esență, imaginară. Pentru a dovedi asta, trebuie numai să ne observăm activitățile imaginare și să vedem dacă acestea produc sau nu efecte externe corespondente. Dacă o fac, atunci trebuie să concluzionăm că nu există ficțiune.

Închipuirea jucată ca un soi de scenetă în minte este ceea ce cauzează întâmplările fizice ale vieţii. Omul crede că realitatea constă în obiectele solide pe care le vede în jurul său, că în lumea asta îşi are originea piesa vieții, că evenimentele țâşnesc brusc în existență, create clipă după clipă de fapte fizice anterioare. Dar cauzalitatea nu se află în lumea exterioară a faptelor. Piesa vieții îşi are originea în imaginația omului. Adevăratul act al devenirii are loc în imaginația omului, iar nu în afară.

Atenţia, vârful de lance al imaginării, poate fi ori atrasă din afară, unde simţurile stau ațintite, ori direcționată voit

dinlăuntru şi, prin simţuri, să ajungă spre dorinţa împlinită.

Pentru a trece de la conştienţa perceptivă, sau lucrurile aşa cum par, la conştienţa conceptivă, sau lucrurile aşa cum ar trebui să fie [dorite], imaginăm cât mai viu şi mai aidoma-vieţii posibil ce am vedea, auzi şi face dacă am fi prezenţi fizic şi dacă lucrurile aşa cum ar trebui ele să fie [dorite] ar fi experimentate fizic şi participăm imaginativ la acea scenă.

Limitele lumii simțurilor reprezintă o barieră subiectivă. Atâta vreme cât simțurile observă, Ochiul Imaginației este deviat de la adevăr.

Suprafața amăgitoare a faptelor reflectă mai degrabă, nu dezvăluie, deviind sau blocând Ochiul Imaginației de la adevărul care-l eliberează pe om.

Numai și numai acest Ochi al Imaginaţiei este cel care ne poate elibera de fixaţia simțurilor asupra lucrurilor din afară care ne domină complet existența obişnuită şi ne menține ațintiți asupra oglinzii reflexive a lucrurilor.

Secretul creației este secretul imaginării mai întâi dorind şi apoi însușindu-ți sentimentul dorinței împlinite până ce visul fantezist, 'Vidul de dincolo de Existenţă, este pătruns şi se încorporează în sine şi devine pântec, un loc de sălăşluire și o grădină de şaptezeci de ori roditoare'. Observăm bine cum Blake ne îndeamnă să pătrundem în aceste imagini. Această pătrundere în imagine o face să se încorporeze în sine şi să devină pântec, Omul, pătrunzând [în] o stare, o însămânțează şi o face să creeze ceea ce implică uniunea. Blake ne spune că aceste imagini sunt 'Cețoase acelora care nu sălăşluiesc în ele,

biete posibilităţi; dar acelora care le pătrund, par singura substanță…'.

A gândi la [imagine] este o mărturisire că nu sunt în ea; a gândi din ea este dovada că sunt în ea. Pătrunderea în imagine dă substanţă imaginii.

Abia când se pătrunde în această imagine, când Eva 'este cunoscută', abia atunci evenimentul dă buzna în lume.

Dorinţa împlinită trebuie plămădită în imaginația omului înainte ca evenimentul să poată evolua din ceea ce Blake numeşte 'Vidul' [*vidul cuantic sau vidul fizic al lui Genady Şipov; dimensiunea a șasea, Oglindirea, Imaginea ce reflectă Lumina Ființei din dimensiunea întâi; sistemul Ajna, în special Manas – mintea formativă, formală, ce dă formă și Indu – mintea lunară, imaginativă*]

'Cel ce nu imaginează în trăsături mai puternice şi mai bune, şi în lumină mai puternică şi mai bună decât poate vedea ochiul său trecător şi muritor, nu imaginează defel.' (Blake)

Dacă individul nu se imaginează ca fiind altul [alt-fel, alt-ceva], sau altundeva, condițiile şi împrejurările prezente ale vieții sale vor continua să fie aceleaşi şi problemele lui se vor perpetua, căci toate evenimentele se reînnoiesc singure din imaginile constante ale sale. De el au fost făcute; prin el vor continua să fie; şi prin el pot înceta a fi.

Secretul cauzării stă în montajul imaginilor dar, un cuvânt de atenționare, montajul trebuie să aibă înțeles; trebuie să implice ceva ori nu va duce la actul creativ – Cuvântul.

Felul în care arată lumea depinde în întregime de locul în care stă omul când priveşte. Şi omul, fiind Imaginație în întregime, trebuie să fie acolo unde este el în imaginaţie.

A refuza să recunoşti puterea creativă a activității imaginare, invizibile a omului, e peste poate de a se comenta. Omul, prin activitatea sa imaginară, literalmente 'cheamă la ființă cele ce încă nu sunt' [Romani 4:17]. Prin activitatea imaginară a omului, toate lucrurile s-au făcut, şi fără această activitate 'nimic nu s-a făcut din ce s-a făcut' [loan 1:3].

O asemenea activitate cauzală poate fi definită ca un montaj imaginar al imaginilor care, odată producându-se, unele evenimente fizice invariabil apar. E rostul nostru să montăm imaginile unui rezultat fericit şi apoi să ne înfrânăm de la a ne mai amesteca. Evenimentul nu trebuie forţat, ci trebuie să i se îngăduie să se producă. Dacă imaginația este singurul lucru care acţionează sau care 'este' în ființele omeneşti (aşa cum credea Blake), atunci, 'nu vom şti niciodată dacă nu cumva a fost vreo femeie ce călca prin teasc cea care a pornit acea schimbare subtilă din mințile oamenilor' [William Butler Yeats].

Scopul vieții este realizarea creativă a dorinței. Omul, lipsit de dorință, nu ar putea exista eficient într-o lume a problemelor continue ce necesită soluții continue. O dorință este o conştientizare a ceva ce ne lipseşte sau de care avem nevoie pentru a ne face viața mai plăcută. Dorințele au întotdeauna un anume câştig personal în vedere. Cu cât e mai mare câştigul anticipat, cu atât mai intensă e dorința. Nu există dorință neegoistă. Chiar şi când dorinţa noastră e pentru altul, căutăm tot să satisfacem o dorință. Pentru a ne realiza dorinţa trebuie să ne imaginăm scene ce implică împlinirea ei şi să interpretăm scena în imaginația noastră, fie şi numai

pentru o clipă, cu o bucurie interioară simțită suficient pentru a atinge naturalețea. E ca în cazul copilului care se costumează pentru a juca 'Queen'. Trebuie să ne imaginăm că suntem ceea ce am vrea să fim. Trebuie să jucăm asta mai întâi în imaginație – nu ca spectator – ci ca un actor.

Acțiunile interioare trebuie să corespundă acțiunilor pe care le-am face fizic 'după ce fi-vor toate acestea'.

Memoria, deşi imperfectă, e suficientă pentru invocarea asemănării. Dacă ne amintim pe altul aşa cum îl ştim, îl recreăm în acea imagine, şi trecutul va fi recunoscut în prezent. Imaginarea creează realitatea. Dacă e loc de mai bine, ar trebui să-l reconstruim cu un nou conţinut; să-l vizualizăm aşa cum am vrea ca el să fie, decât să-l facem să poarte povara amintirii noastre despre el.

'Numai Lucrurile Mentale sunt reale; ce se cheamă Material, nimeni nu ştie unde sălăşluieşte: acolo, în sofisme, şi existența sa e o impostură. Unde-i existența în afara Minţii ori a Gândului? Unde altundeva decât în mintea nebunului?
Orice cu putință de a fi crezut este o imagine a adevărului.' (Blake)

E o vastă diferență între voința de a se opune unei activităţi şi hotărârea de a o schimba. Cel ce schimbă o activitate, acționează; pe când cel ce rezistă unei activităţi, reacţionează. Unul creează, celălalt perpetuează.

Nimic nu e real dincolo de tiparele imaginative pe care le turnăm. Amintirea, nu mai puțin decât dorința, seamănă unui vis cu ochii deschişi. De ce să facem din acesta un coşmar diurn? Omul poate ierta numai dacă-şi tratează

amintirea ca pe un vis cu ochii deschişi şi îl modelează după gustul inimii lui.

Nu e nimic mai fundamental în privința secretului imaginării decât distincția dintre imaginare şi starea imaginată.

'<Cunoştinţe generale> înseamnă cunoştinţe vagi; în detalii constă înţelepciunea și fericirea.' (Blake)

Trebuie să ne folosim imaginația pentru a obține finaluri anume, chiar dacă finalurile sunt lucruri mărunte. Fiindcă oamenii nu-şi definesc limpede şi nu-şi imaginează finalități specifice, rezultatele sunt incerte, pe când ar putea fi perfect sigure. A imagina un final specific înseamnă a face o deosebire clară. 'Cum distingem stejarul de fag, calul de bou, dacă nu prin conturul ce-l defineşte?' [William Blake, "Human Form Divine"]

Definirea impune realitatea lucrului specific împotriva generalizărilor fără formă ce inundă mintea.

Viața pe pământ e o grădiniță pentru facerea de imagini. Mărimea ori micimea obiectului de a fi creat nu e importantă în sine. 'Regula cea mare şi de aur a artei, ca şi a vieţii', spunea Blake, 'e aceasta: cu cât mai clară, ascuțită şi robustă linia conturului, cu atât mai perfectă lucrarea de artă, şi cu cât mai puțin ascuțită şi tăioasă, cu atât mai mare evidenţa unei slabe imitații. Ce zideşte o casă şi sădeşte o grădină de nu precizia şi hotărârea?... Omite linia asta şi vei fi omis viața însăşi.'

Până ce inima noastră nu e implicată, până ce nu ne imaginăm în chiar sentimentul dorinţei noastre împlinite, nu suntem acolo – căci noi suntem imaginație pe de-a-

ntregul, şi trebuie să fim acolo unde şi ceea ce suntem în imaginație.

Există un trecut imaginar şi un viitor imaginar. Dacă, prin reacțiune, trecutul e recreat în prezent – la fel – acţionându-ne visele fanteziste putem aduce viitorul în prezent.

Nimic nu stă între om şi împlinirea visului său în afara faptelor. Şi faptele sunt creaţii ale imaginării. Dacă omul îşi schimbă imaginarea, el va schimba faptele."

Din cele arătate de Neville mai sus, problema nu este de vizualizare în sine. Oricine visează cu ochii deschiși…
Problema este de a te întrupa în imaginea creată de dorință, în sensul în care să simți, să trăiești aievea din finalitatea dorinței. Adică să crezi, să simți că ea s-a împlinit deja și tu o trăiești. Deci să simți împlinirea îndeplinirii dorinței. Să trăiești ca și cum ceea ce îți dorești chiar este. Acum ești deja întrupat în această realitate pe care o dorești. Într-un fel nu o mai dorești pentru că este reală. Trăiești în ea. Imaginea este concretă pentru tine. O simți, îi simți mirosul, o auzi – o simți cu toate cele cinci simțuri. Nu te îndoiești. Te comporți ca atare, ești mulțumit, nu frustrat că nu e. Că dacă ești frustrat, înseamnă că tu nu crezi în ea, nu o vezi, nu o miroși... Deci nu o aduci la realitate.
Deci Cheia este mulțumirea că ea e, bucuria că este deja. Și atunci e.
Asta este tehnica…

Foarte concret spus ar fi așa:

Dacă îmi doresc o savarină, este necesar să o văd efectiv în fața mea, cu detalii, să o miros, să-i simt gustul – adică

să implic toate celelalte simțuri pentru a o contura, pentru a o aduce în realitate, ca într-un vis în care nu sunt conștient că visez, ci pare că este real (tocmai pentru că implic și alte simțuri decât văz și auz).
De exemplu dacă visez că mă piș și simt cum mă piș, ghici ce? Mă piș pe mine. Se întâmplă în realitate.
A mă întrupa în imagine, în ceea ce imaginez ca obiect al dorinței, înseamnă a implica toate simțurile. Adică din interiorul imaginii, poveștii, situației, imaginate să simt cu toate simțurile cea ce se simte în situația respectivă. Să trăiesc deplin acea stare imaginată cu toate simțurile.

Cheia consta în accentul pus pe detalierea a ceea ce simt. Să fiu atent la ce miros îmi apare, la ce gust etc. Este necesar să aloc timp pentru asta. De obicei avem o imagine vagă, la nivel de idee abstractă. Ideea de savarină, iar ceea ce simțim și vedem este lipsa acesteia. De aceea nici nu credem, dar impunem, insistăm, forțăm o intenționare încordată să se producă, în pofida faptului că simțim foarte tare că nu este. Ceea ce denumim noi dorință este de fapt această intensă simțire că nu este, o intensă simțire de lipsă. Și ceea ce simțim, credem... că nu este – deci nu va fi, nu o vom întrupa, chema la manifestare, la realitate.

Este interesant că noi avem acest exercițiu de a întrupa ceea ce credem. Un exemplu este frica (sau mai exact anxietatea). Când nu vrem ceva (să picăm un examen, de exemplu), ne imaginăm în detaliu acel lucru. Ne vedem în acea situație, simțim privirile ațintite asupra noastră, disprețul, umilirea, senzația de transpirație etc. Trăim toate astea repetat... Și ghici ce? Se întâmplă.

Credința fricii adevărate este mai mare decât iubirea falsă. În Evanghelia Desăvârşirii, Hristos spune: "Atenție la adevărul fricii, căci frica consumă, frica transformă, frica

creează, iar creațiile fricii adevărate sunt mult mai mari decât creațiile iubirii false, căci acolo se află credințele voastre;" (16. Yeshua își încheie învățăturile de pe munte pentru mulțime).

De ce?
Pentru că iubirea falsă este netrăită, este mimată doar la suprafață, nu este conturată prin simțuri, prin trăire.
Pe de altă parte, dacă eu trăiesc deja dorința, în dorință, din dorință, sunt bucuros, sunt împlinit, satisfăcut. Deci nu îmi mai doresc în lipsă. Nu mai simt lipsa, deci nu mai cred că îmi lipsește. Deci nu mai impun, forțez... Las realitatea liberă pentru că nu mai vreau nimic de la ea. Am deja ce îmi doresc, trăiesc deja asta. O trăiesc cu toate simțurile. La nivel spiritual-psihologic ea este o realitate. Dacă se întâmplă și în plan fizic fenomenal nu mai contează. Dar ea se va întâmpla. Dar nu mai contează. Este doar o proiecție holografică, un simbol material a ceea ce deja s-a împlinit.
Deci dacă sunt tot timpul mulțumit (și simt asta cu toate simțurile, nu doar îmi închipui vizual ca într-un vis vag) se vor petrece mulțumiri...
Așa se petrece și cu frica. Prin trăirea ei autentică, aducem la realitate ceea ce trăim. D'aia, de ce ți-e frică (de aia) nu scapi…

A trăi prin simțuri, înseamnă a trăi concret. Înseamnă a crea realitatea concretă prin faptul că trăiesc în ea prin simțurile prin care o ating sau o creez. Îi dau viață sau o aduc la viață prin trăirea mea concretă – mă întrupez în ea. Dacă nu mă întrupez, va rămâne un potențial.

Cand ne vedem și simțim efectiv în situația dorită, când trăim deplin asta, această are puterea de a materializa improbabilul. Adică, ne vedem, trăim, simțim, ne bucurăm

din locul, rezultatul imaginat a ceea ce dorim (paradoxal, practic nu mai simțim dorință, nu mai simțim adică lipsa). De multe ori când ne bucurăm pentru altul ca pentru noi, ca și cum noi înșine am fi în situația respectivă, atunci chiar dacă nu ne propunem la nivel conștient să provocăm rezultatul dorit, el se întâmplă. Deci nu propunerea conștientă, intenționată, voinţa este elementul activ aici, ci trăirea cu bucurie a elementului dorit ca și cum ne-am afla deja în situația respectivă. Ăsta este înțelesul concret al indicației lui Hristos: "și să și credeți că ați primit ce ați cerut". Dar nu este vorba de a îmi impune să cred, de a mă forța, de a declara asta, ci de a simți și a trăi bucuria că deja am primit.

De aceea invidia, de exemplu, nu funcționează...
În invidie nu te bucuri de rezultat ca și când tu ai fi în situație, ci te uiți la rezultatul altuia și simți lipsa acestuia la tine…
Forța voinței nu are putere, imaginea creată de bucurie are putere…
Ce este de reținut aici?
De exemplu:
Să nu ne mai bazăm pe convingerea că dacă vrei, poți…
Că insistența și întărirea voinței conduce la…
Că forța, forțarea evenimentelor să decurgă cum vrem/dorim ar avea un impact pozitiv în privința rezultatelor scontate…

Tirania voii nu este ceea ce se promovează a fi…
Ea poate avea putere doar în violență, în distrugere. De aceea se ajunge în final la asta, la conflict agresiv, violent, la dispută, război...
Este singura putere a voii personale, pentru că se opune libertății, încearcă să supună libertatea, persoana, o altă voie sau ființa celuilalt sau chiar universul…

Și când dă inevitabil greș, fie ne înfuriem și ajungem la violență cu alții, fie cu noi înșine, ne învinovățim că nu am putut, că nu am avut suficientă voință, că nu am depus suficient efort, nu ne-am silit (siluit) suficient…

Faptul că ne bucurăm nespus la o imagine anume, la o situație, atunci când se întâmplă la altul ca și când ni s-ar fi întâmplat nouă, dovedește că noi suntem cu adevărat doritori să primim, să luăm în brațe respectiva "realitate potențială"...
Și chiar dacă rațiunile de siguranță sau calculele dau cu virgulă, cu minus și astfel conștient ne opunem la ceea ce ne dorim, ceea ce se va petrece va fi conform cu ceea ce trăim, nu cu ceea ce impunem prin voință.
Deci, nu voința, intenția conștientă ar avea putere. Ea nu are niciodată putere, decât să se împotrivească la vântul care bate…

17. Disfuncții în aplicarea "tehnicii credinței" sau una din cele mai mari călăuziri ale devierii

Unul dintre cele mai puternice blocaje în eficiența credinței, dar și a simţirii de a fi eu constă în ritual. Atașamentul, cramponarea de felul "cum" facem ceea "ce" facem, ne creează senzația de identitate prin specificul nu atât a "ce" facem, cât a "cum" facem.
A face este impulsul de a crea. Vrem să facem lucruri deosebite, diferite, altele decât alții, ceva nou, ceva făcut de noi înșine. Cumva, vrem să fim unici prin a face. Ce am făcut noi ca să meritățm atenția, ca să meritățm statutul de creatori? Parcă suntem noi înșine doar dacă am făcut ceva. Prin acest ceva, noi existăm, suntem noi înșine. Altfel, dacă nu facem nimic, parcă nu suntem, nu ne arătăm… pentru că nu avem ce arăta. Arătăm ce facem. Ne arătăm prin ce facem. Asta este convingerea…

Dar dacă ce facem e același lucru pe care îl fac și alții? Atunci senzația că eu sau altul este totuna este puternică. Este adevărat că acest lucru conduce la un sentiment de siguranță datorită validării statistice a ce fac, dar sentimentul de apartenență la turmă care îmi oferă siguranță îmi șterge din specific.
Dar ce pot să fac eu atât de diferit de ceilalți? Câte lucruri se pot face? Multe, dar nu nelimitate. Câte povești pot eu să imaginez și să transpun în fapt? Multe, dar nu nelimitate.
La un moment dat, pot să am un blocaj de genul "Acum ce să fac? Acum ce să "mai" fac? Nu știu ce să fac…" Blocajul de a face este resimțit ca o stare de plictiseală. Nu mai am nicio idee de ce aș putea să fac. Toate ideile care îmi vin sunt nesatisfăcătoare, le-am mai făcut, am nevoie de ceva nou, să fac ceva nou, nu să repet ceva. Mă aflu în situația vulturilor din Cartea Junglei (desenul animat) – "și acum ce facem?"
Plictiseala este ideea și impulsul deopotrivă de a face ceva ca să exist și împotrivirea de a simți că sunt/exist fără a face ceva anume. Dacă am ideea și m-am obișnuit să fiu doar prin a face, atunci mă va îngrozi starea de repaus, pentru că nu voi avea senzația că sunt așa cum sunt obișnuit – acea tensiune, acea încordare, acea poveste, acea dramă, acea călătorie, acea zbatere… În afara acestora, dacă nu "se întâmplă nimic", parcă nici nu e nimic. Doctrina este că sunt prin a face. Dacă nu fac, nu sunt, nu exist. Fapta este vizibilă. Ce nu se vede/percepe, nu există. Iar dacă eu mă arăt prin ce fac, când nu fac nu exist. Dacă sunt invizibil, nu exist.
Dar dacă fac același lucru, mă conduce iar spre senzația că nu sunt, spre plictiseală – mă amorțește prin repetiție. De aceea sunt atras de nou, bine-nțeles, în măsura în care nu-l resimt foarte periculos. Bine, și când îl resimt ca periculos mă atrage, dar nu sunt dispus să-l fac.

Aș vrea să fac mereu ceva, ceva diferit, mereu altceva dacă este posibil, dar… la fel, în același mod, în același fel al meu. De felul meu nu mă plictisesc niciodată. "Cum" fac eu "ce" fac, oricât este de diferit acest "ce", trebuie să fie "la fel", în același mod. Vreau sa fac mereu ceva diferit, dar în felul meu. De exemplu, să mă îndrăgostesc de persoane diferite, să trăiesc povesti diferite cu aceeași persoană eventual, dar în același fel de îndrăgostească…
În procesul a "cum fac" mă regăsesc eu însumi. În felul meu de a face ceva (orice verb în afara celui de a fi) încerc să-mi caut unicitatea în continuitatea felului meu.
Interesant este că dacă întâlnesc pe cineva care face în același "fel" ca mine, mă bucur, nu-mi simt amenințată unicitatea. Este un paradox aici. Caut să fac ceva diferit de altul, ceva nou sau măcar mai bine, mai mult, dar nu în alt fel. Felul îl simt cumva protejat în interior, e intim. Mă bucur să văd că cineva face în același fel ca mine, dar nu și dacă face același lucru.
Dacă cineva face același lucru, ajunge la același rezultat ca mine, îl întreb "dar cum ai făcut asta? cum ți-a dat rezultatul ăsta?" Dacă procedeul lui este diferit de al meu, tind să-i spun că nu este bine "așa", ci în "felul meu" este mai bine, că "așa este corect". Și asta în condițiile în care rezultatul este același. Dacă face ca mine, atunci mă bucur ca și când mi-aș fi întâlnit fratele geamăn și îi zic "bravo!! Așa e…"
Cum fac, felul de a ajunge la un rezultat, la ceva anume este procedeul, este calea, este metoda. Și în matematică, contează cum ai ajuns la un rezultat, nu rezultatul în sine. Nu lucrul în sine, ci cum îl demonstrezi. Este ca și cum fără acea demonstrație, acel "cum/fel" de a face lucrurile nu se legitimează lucrul în sine, nu primește viza de la aceasta. Nu este vorba atât de a demonstra, cât de a demonstra corect, adică într-un anume fel – de exemplu științific. Dar la nivel individual, toți sunt atotștiutori. Cum fac ei este cel mai bine, în pofida tuturor evidențelor. De

ce în pofida rezultatelor, a evidențelor oamenii o țin pe-a lor și fac în continuare "cum" știu ei? Pentru că este important cum, nu ce. Pentru că acest cum este identitatea lor, felul lor de a fi, sunt ei înșiși desfășurați în acest proces. Dacă renunță la acest cum/fel de a face nu se mai văd/recunosc a fi ei înșiși.
Oamenii sunt mai atașați de "cum" fac un lucru decât de "ce" anume fac. Sunt fideli "felului" lor de a face, nu faptelor, aici vor chiar diversitate. Faptele sunt resimțite ca exterioare, felul de a le face este resimțit ca interior.
Sergiu Al-George spune că "Ritul nu a fost decât prima imagine a spiritului şi spiritul l-a privit în momentul său auroral ca pe un instrument străin sieși, neştiind că de fapt se priveşte pe sine, ca în mitul lui Narcis."
Deci dacă fapta se poate înstrăina, felul în care o fac rămâne întotdeauna ceva al meu, propriu.
Să revenim însă la "cum" fac un lucru care este mai important decât a face "ceva".
Observăm aici că accentul este pus pe demonstrare, pe argumentare, pe felul, metoda prin care am ajuns la un rezultat sau concluzie care este mai important decât "ce-ul". De multe ori "ce-ul" este chiar anulat pentru că nu s-a ajuns la el prin "cum-ul" potrivit (metoda științifică corectă, procedura legală, închinarea corectă…).
Ai făcut asta?
Da.
Ok. Și cum ai făcut?
Așa…
Aaa, păi nu-i bine. Degeaba ai făcut. Mai bine nu făceai deloc, decât așa…
Deci "cum" fac un lucru, dă voie lucrului să fie. Altfel, lucrul este clandestin. Un lucru oarecare, nu se argumentează prin el însuși, nu se evidențiază prin faptul că este, ci prin "cum" a ajuns să fie, prin ce procedeu, ce tehnică, ce metodă. Validarea lui se face printr-un discurs

argumentativ anume. Dacă argumentația nu este "corectă", lucrul nu este validat ca fiind real.
Acest accent pus pe procedură, pe ritual, pe "cum" se face blochează efectiv accesul la lucrul în sine. Este adică inversul metodei fenomenologice.
Am ajuns la acel rezultat?
Ce mai contează cum?
Păi, rezultatul este nul, dacă nu ai ajuns la el cum trebuie. Mai mult, dacă nu faci cum este corect, cum este credibil este imposibil să ajungi la acel rezultat. Adică credința că o să ajung "acolo", depinde de credibilitatea că metoda mea mă va conduce acolo, adică de credința mea în metodă, în "cum" fac.
Realitatea unui rezultat, credința în posibilitatea lui de a fi este subminată de credința în procedeu, în cum.
Suntem obsedați de "cum facem cutare lucru", în ce fel o să ajungem acolo. Când spunem că nu credem ceva, spunem că nu credem că așa se poate – adică, că așa se poate ajunge acolo, că așa se poate realiza aia etc.
Cineva spune "m-am vindecat de…" și prima întrebare nu este "da? arată-mi să văd…", ci "cum ai făcut asta?". Și culmea este că dacă argumentarea (cum-ul) nu mi se pare credibilă, nu cred că te-ai vindecat. Este făcătură, iluzie, nici nu cred că ai avut boala respectivă. Evidența vindecării, a unui rezultat oarecare, a unui lucru nu este suficientă, nu este o dovadă în sine. Tot ceea ce contează este cum. Vreau să văd cum s-a întâmplat acest miracol pentru a crede. Mă interesează drumul, calea până acolo. Dacă eu nu văd în pașii acestei căi determinarea lucrului final, înseamnă că acesta este imposibil de atins. Și asta mă împiedică să ajung la el. Mă încurc în cale. Rămân în drum. Tot stau și cercetez căile de a ajunge la, în loc să mă îndrept direct acolo.
Faptul că metoda de a ajunge la este mai importantă decât a ajunge la, că a ajunge la se poate doar într-un fel, că fără un cum ajungi la, nu poți fi la, ne împiedică efectiv

să fim acolo unde dorim. Pentru că nu credem. Nu credem în metodă, nu credem că putem.
Vrem să credem în metodă, pentru că metoda, acest cum ține de noi, noi o facem așa, noi suntem așa, noi determinăm asta, noi deținem controlul. Avem senzația că noi suntem făcătorii acelui ceva. Dacă doar mă "duc" direct la rezultat, parcă nu am făcut nimic, parcă nu eu sunt cel care a făcut asta. Și se pare că în profunzime asta ne interesează cel mai mult, noi să fim cei care provoacă, dar într-un fel în care să simțim asta, să avem senzația că noi o facem. Deci nu ne interesează la modul obiectiv să determinăm, ci să avem "senzația" că determinăm "așa cum" vrem noi. De multe ori determinăm lucruri fără să vrem, dar asta nu numai că nu ne satisface pentru că nu am văzut/urmărit cum l-am făcut, dar de multe ori și negăm pentru că nu ne convine rezultatul. Adesea ne deresponsabilizăm de rezultat, dar niciodată de "cum", de "felul" nostru de a ajunge la acel rezultat. Dacă, să zicem, că rezultatul nu este cum ne-am dorit, atunci de vină pentru asta este orice altceva sau cineva, dar nu cum am procedat noi. Asta vom apăra până în pânzele albe și împotriva oricăror evidențe.
Ne raportăm la posibilitatea de a fi prin "cum este posibil?", prin "cum ajunge să fie posibil?" – prin calea către și eventual o cale înțeleasă, controlată comprehensiv de noi. Ori o metodă oarecare, pentru a determina un rezultat anume, depinde de controlarea tuturor variabilelor, ceea ce este imposibil. Este imposibil să știm toate posibilitățile de variație a unei mulțimi (poate infinite) de factori determinanți în rezultatul respectiv. Ne depășește. Ce ține de noi este să "vedem" rezultatul, dorit sau nedorit. Asta poate să facă numai întregul, numai universul sau cum vrem să-i spunem (Sf. Duh, Divinitatea etc.). Numai acesta poate ști tot ce trebuie pentru a se "aranja" lucrurile în felul acela. Noi nu putem ști decât ce ne dorim, nu cum să aranjăm lucrurile

infinite pentru a se potrivi rezultatului dorit. Asta numai ceva mai mare decât noi poate, numai întregul, universul, Ființa infinită, Sf. Duh etc. Este necesar să deleg acest lucru cuiva sau la ceva care știe totul. Eu nu voi ști niciodată totul. Dacă aș avea vreo putere aș încurca treburile în univers. Atotputința este necesară împreună cu atotștiința. Mie îmi rămâne să știu exact ce îmi doresc. Atât.
Dar să vedem mai departe cum poate acest "cum" să blocheze "tehnica credinței".
În primul rând este important să observăm o discriminare aici între ceea ce ne dorim și ceea ce nu ne dorim.
De exemplu, dacă nu ne dorim boală, moarte, sărăcie, ghinion etc. etc., atunci noi nu suntem interesați, în mod firesc, de procedeul de a ajunge la acestea, ci de procedeul de a le evita. Dar pornim de la premisa că acestea nu sunt doar posibile, nu doar probabile, ci sunt certe. Adică ne situăm, ne imaginăm în "realitatea" lor. Nu le punem sub semnul întrebării. Ne imaginăm cum ne-am simți, de exemplu, cum ne-am simți facă am avea cutare boală. Am simți asta și ailaltă, așa cum ne imaginăm noi boala. Avem senzații concrete în corp. Aceste senzații determină la rândul lor alte senzații mai mult sau mai puțin apropiate de cum decurge boala în imaginaţia noastră, dependent de memoria experiențelor noastre sau a ce am văzut sau auzit de la alții, în mod conștient sau inconștient. Apare deci boala ca fapt concret. Până să apară însă această boală sau ghinion sau orice altceva nedorit, ne zbatem să găsim o cale, o tehnică eficientă, adică credibilă pentru noi, ca să facem să nu se întâmple asta. Cercetarea și încercarea oricăror mijloace nu ne vor apăra însă de rezultat. Rezultatul îl simțim deja și asta îl aduce la realitate, pentru că îl credem cu tot cugetul și cu tot corpul, cu toate cele cinci simțuri. Dacă eu fac un test și aflu că am o infecție și îmi imaginez sau îmi apare în minte imaginea infecției sau a unui infectat și intru (mă

întrupez) în acea imagine și experimentez "empatic" senzații similare, voi dezvolta infecția. Dacă nu știu de infecție, nu mă infectez. De cele mai multe ori nu este nevoie de test, este suficient să știu că există un agent care mă poate infecta și mă infectez, pentru că acest "poate" îl iau ca cert.
Dacă, de exemplu, am repulsie de gândaci numai dacă îmi imaginez cum arată, deja încep să am senzații de mâncărime pe piele, îi și văd și simt cum umblă pe pielea mea. Foarte posibil ca acest lucru să-mi creeze iritații pe piele. Nu-mi pun problema "cum" au ajuns acolo.
Când Nu dorim ceva, nu ne punem problema cum se poate ajunge acolo, ne situăm deja în certitudinea realității respective, adică privim și trăim totul din acea perspectivă. La întrebarea "cum crezi că se poate întâmpla asta?", răspunsul va fi cel puțin "nu știu cum, dar se poate întâmpla…" – adică nu contează "cum" se poate, e clar că se poate. Parca din start, dacă nu mi-l doresc, capătă valență de posibil, de probabil, de cert în funcție de intensitatea nedorinţei mele, de intensitatea de a îl respinge. Cu cât crește această intensitate, cu atât cred mai mult în realitatea acestuia, cu atât am o mai mare certitudine în el, cu atât frica mea este mai mare – adică credința mea în realitatea lui. Și astfel, orice exemple faptice, argumente raționale, orice evidențe nu au putere. În cel mai bun caz, în asemenea situații, răspunsul va fi "știu ce zici… văd că…, dar totuși…". Acel "totuși" este dat de cramponarea fanatică în credința fricii. Cramponarea nu este ideatică și rațională, ci senzorială. Câtă vreme el privește din imaginea horror în care stă, va simți prin cele cinci simțuri că aia este realitatea și o va trăi ca atare – de fapt, faptul că o trăiește devine pentru el realitate, o perpetuează.
Interesant este că dacă îl întrebăm pe acesta "cum faci să se întâmple/simți asta?", adică dacă îl orientăm spre procedeu, spre tehnică, spre a pândi procesul de devenire

a lucrului respectiv, observăm că se blochează rezultatul. În cazul în care se "lasă ispitit" de a face acest lucru, de a se axa pe mijlocul de a "produce" sau de a urmări pas cu pas "cum" se produce fenomenul respectiv, el iese din starea, din imaginea respectivă. Se dezîntrupează și astfel nu mai aduce la realitate fenomenul. Gândește la el, nu din el. Mai mult, gândește la "cum" se petrece, fiind blocat aici…

Când pândim ceva, colapsăm unda în particulă – ca în celebrul experiment din fizica cuantică, efectul de martor. Acest experiment arată cum putem bloca un fenomen care ar decurge "natural" fără atenția noastră, dar și influența noastră asupra acestui "natural".

Este deci foarte clar ce este eficient, în ce constă credința. Frica ne arată operativ asta. Eficiența fricii în a transforma în realitate tot ceea ce crede a fost observat de-a lungul timpului. De ce îți este frică nu scapi, pentru că puterea credinței este mare în frică, în frică ai certitudini, nu îndoieli. Și nici nu încerci să le demontezi, dincontră, încerci să le argumentezi oricum, chiar și irațional. Pornești de la faptul că realitatea din frică nu trebuie argumentată, demonstrată pentru a se produce. Ea se produce oricum, explicația nu contează atâta vreme cât eu o simt.

Întorcându-ne la comparația noastră, vom observa că atunci când ne dorim neapărat un lucru oarecare, ne poziționăm exact pe dos.

Cum este posibil asta?

Cum să fac ca să?

Ne gândim, ne preocupăm de mijloacele de a atinge ce ne dorim. Suntem pe drum, nu la destinație. Dar orice mijloace am imagina în vederea atingerii dorinței, nu avem certitudinea că acestea vor conduce cu siguranță la acel rezultat. Și vom rula scenarii, simulări cât de mult putem pentru a fi siguri că găsim cea mai bună, sigură cale către rezultat. Lucrul acesta este imposibil. Chiar

dacă ar fi posibil, s-ar întâmpla după o mulțime de scenarii posibile, ceea ce ar lua atât de mult timp și resurse, încât rezultatul nu ar mai putea fi atins. Deci, când suntem atenți la drum, rămânem în drum. Dacă de exemplu suntem atenți la pușcă când tragem cu ea, ratăm ținta. Este necesar să ne uităm la țintă. Când tragem cu arcul, la fel, ne uităm la țintă, unde dorim să ajungă săgeata, o vedem acolo, nu ne uităm la săgeată, cum se duce ea la țintă. La fel, atunci când aruncăm cu cuțitul. Nu conducem cuțitul (sau pietricica sau orice altceva) până la țintă, ci îl aruncăm uitându-ne unde vrem să ajungă, nu urmărim cum va ajunge acolo. Nu ne transformăm în galerie, în suporteri să îl "susținem", să îl încurajăm să ajungă la final, ca nu cumva să se piardă pe parcurs, ca și când, dacă noi nu-l mai susținem cu atenția și intenția noastră constantă (hai-hai-hai), nu ar mai ajunge acolo odată ce a pornit pe traseu.
"Ispita" că eu mă împotrivesc răului (nedoritului) sau că eu determin binele (doritul), mă face să mă axez pe procedură, pe cum. În frică am văzut că nu are nicio eficiență, dar nici în realizarea dorințelor. Voi rămâne tot pe drumuri și nu voi ajunge niciodată la destinație.
Când ne este frică, ne situăm deja la destinație. De aceea are eficiență. Dacă pornim la drum, piere eficiența. Aici este similar. Dacă nu ne aflăm direct în situația dorită, exact ca în frică, imaginându-ne că suntem în situația respectivă, "empatizând" cu ea, trăind senzațiile ca și când aș fi "bolnav", ca și când aș păți acel lucru cu toate simțurile, atunci nu se va întâmpla nimic din ce îmi doresc. Forțarea voinței este intenție sterilă, adică este încordare intelectuală și musculară. Atât. Nu determină decât eventual un vas de sânge spart undeva în corp sau un cârcel sau febră musculară sau oboseală, frustrare și disperare. Dar asta simțim că ține de noi și suntem și educați să o dezvoltăm, să o întărim…
Perfect…

Revenind la eficiența credinței, este de reținut că simțurile care conduc la realitate, la simțirea întrupării sunt cele kinestezice, olfactive și gustative. Vizualul are rolul de a favoriza senzațiile acestora, dar în sine însuși este insuficient. Similar este și cu auzul. Într-un vis, de exemplu, atâta vreme cât se derulează la nivel pur vizual și auditiv, rămâne la nivel de vis. Dacă visez că mă piș, dar nu am senzația kinestezică de pișare, nu se va petrece în realitate. Dacă o am, ghici ce? Mă voi pișa pe mine la propriu. De ce? Pentru că mă simt în visul respectiv efectiv în realitate tocmai datorită acestei simţiri senzoriale.
Văzul și auzul sunt insuficient de credibile. Sunt necesare simțurile directe, de aproape (tactil, gust și miros). Mirosul este capacitatea de a "atinge" ceva aflat la distanță, este un mod de a face aproape ce este departe. Mă orientează către, pentru că "ating" cumva acel ceva spre care îmi doresc să mă îndrept. Simt că îl am în față. Vizualul este un ordonator a ce este de atins și trăit, dar nu este trăire în sine, nu conduce la întrupare. Este necesar ca acesta să favorizeze prin decorul său auzul ciripitului, atingerea vântului, parfumul florilor, gustul cireșelor.
De asemenea, este de reținut că poziționarea față de metodă, de instrument, de mijloc este una obiectuală. Nu tind să mă întrupez în instrument, ci îl manipulez. Asta îmi dă senzația că îl controlez, dar paradoxal nu simt că îl am, că sunt în el. Nu sunt pe cale, sunt alături sau suspendat undeva deasupra ei, nu simt că pășesc. Și chiar în cazul în care simt că sunt pe cale, asta mă va face sa fiu mereu pe cale, mereu pe drum. În cazul în care scopul meu este călătoria în sine, este bine. Dar dacă, călătoria este un mijloc de a ajunge undeva, atunci aceasta nu mă va conduce niciodată acolo, ci voi rămâne mereu pe drum. Este ca atunci când vreau să ating orizontul, dar merg către el pe drum. Simt că sunt pe drum, dar cu fiecare pas făcut către orizont, acesta se va depărta de mine în

aceeași măsură. Atingerea orizontului va rămâne un scop imposibil de atins și cu cât fac eforturi mai mari, cu atât mi se va demonstra efectiv imposibilitatea atingerii acestuia.
De reținut de aici este că demonstrarea, fie a posibilității unui lucru oarecare, fie a realizării lui printr-o metodă "viabilă" este o capcană care ne blochează eficiența. Rămânem blocați în gândirea la cum facem sau în disperare. Și fie insistăm în pofida oricăror rateuri pentru că asta putem și știm, fie ne resemnăm că nu putem și ne frustrăm… că și asta putem.

Concluzia este că avem de învățat de la eficiența fricii. Ea este modelul credinței, este adevărat că pe negativ, pe ce nu ne dorim.
Dacă ne dorim siguranță, să ne închipuim concret ce înseamnă asta pentru noi, nu vag, doar ca idee. Să o vedem concret, așa cum vedem nesiguranța prin pericole imaginate concret. Să nu căutăm să ajungem în siguranță pentru că nu vom reuși decât eventual pentru scurte și rare perioade, pentru că tot așa se întâmplă și când căutăm să nu ne simțim în nesiguranță. Nu vom reuși. Vom rămâne într-o perpetuă căutare. Asta și înseamnă starea de anxietate – cum să fac să nu… un efort intelectual și o încordare musculară să evit ceea ce văd și simt ca amenințător.
Și tot așa cum nicio procedură, metodă și demonstrație de a evita starea nu este suficientă în raport cu ce simt în stare, tot așa nicio metodă și nicio demonstrație nu este suficientă pentru a mă convinge de posibilitatea, de realizarea stării în care îmi doresc să fiu, decât a mă vedea în starea respectivă.
Pentru asta este necesar să facem ceea ce facem spontan în frică. Să ne imaginăm în detaliu starea respectivă, să punem scena și să facem scenariul. Apoi vom juca rolul pe care îl dorim, rolul de care suntem atraşi în piesa

respectivă. Detaliile piesei vor favoriza și resimțiri concrete la nivel kinestezic de exemplu. În felul ăsta intrăm în rol, așa cum în frică intrăm în rolul victimei.

Întrebări, precum "Ce se petrece?", "Ce vezi, ce simți concret când ești (te vezi) acolo?, te mențin în starea respectivă, o trăiești. Pe când întrebări, precum "Cum…?", te scot din stare, te dezîntrupează.
Când te vezi acolo și simți, vei fi acolo și vei simți, trăi asta. Când vei vrea să știi cum să ajungi acolo, vei rămâne în cum, pe drum(uri)...

Chiar și după cele arătate mai sus, cineva ar putea să întrebe "Dar cum să fac asta? Cum să nu mai fiu în "cum"? Cum se face să nu mai faci…?"

Să luăm un exemplu concret…
"Ce îți dorești?
Să fiu fericit.
Ce este asta mai concret? Ce ai simți dacă ai fi fericit? Cum îți închipui tu asta? Poți să-ți închipui măcar?"
Dacă începem să ne închipuim punând chiar accent pe detalii (acțiuni, dialoguri, scenografie, senzații tactile etc.), atunci este posibil să ne apropiem de ceva concret și să vedem ce simțim, ce trăim. După aceea putem să spunem dacă ne dorim asta. Dacă da, atunci vom continua să facem asta pentru simplul fapt că o trăim. Dacă vedem că nu simțim, trăim mare lucru din ce ne închipuim, tot rezolvăm ceva. Nu ne mai dorim acel lucru. Câștigul este că nu ne mai frustrăm că nu dobândim, că nu ajungem la acel ceva. Dacă îl trăim, ne simțim ca atare, trăim "acea fericire" conform propriilor noștri termeni. Deci nu ne mai situăm în lipsa împlinirii rezultatului (nu mai dorim din lipsă, din afara dorinței), pentru că îi trăim efectele prin senzațiile concrete pe care le simțim cu cele cinci simțuri.

Asta înseamnă a crede că mi s-a împlinit rugăciunea după ce am făcut-o.
Asta înseamnă a mă ruga pace și nu pentru pace. Mă situez în pace și simt pacea când mă rog pace. Dacă mă rog pentru pace, mă situez în afara păcii și simt lipsa ei. În plus, mă gândesc "cum" este ea posibilă în condițiile actuale care sunt atât de evident împotriva unui astfel de rezultat.
Exista un prag, să-i spunem "senzorial" al intensității simţirii respective pentru ca ceea ce mă rog, ce îmi imaginez să poată fi întrupat. Acesta este intensitatea senzorială suficientă pentru a crede că lucrul ăla este real. Așa cum o persoană cu fobie de gândaci îi simte pe piele numai la gândul lor, numai la imaginea creată în minte.
Cheia este aplecarea pe detalii: descrierea scenei, piesei respective (să zicem a păcii).
Ce se petrece în detaliu în scena aia?
Care sunt protagoniștii? Cum arată?
Locul respectiv cum arată?
Eu ce fac acolo?
Ceilalți (dacă există în piesă) ce fac?
Ce văd?
Ce aud?
Ce miros?
Ce gust simt în gură?
Ce simt în corp, pe corp…?

Deci dacă mă aplec asupra detaliilor la cum să fac sau să nu fac să ajung acolo, nu se întâmplă nimic.
Frica ne învață că dacă ne concentrăm pe cum să facem să nu ajungem acolo, nu vom reuși.
La întrebarea noastră "Cum se poate asta?", raportându-ne la experiența noastră (oricât de vastă ar fi, tot insignifiantă în comparație cu posibilul universal) sau a altora (la fel de limitată în comparație cu posibilul în

genere – acest lucru este dovedit de istoria științei), va decurge automat reacția "nu cred că se poate…"

18. Hiperintenția din așteptare (fenomenul "când")

Hiperintenția este o forțare a unui eveniment dorit sau o respingere a unuia nedorit. Așteptarea se referă la direcționarea atenției către un moment aflat pe linearitatea temporală – "când".
"Când" este momentul din timp pândit a se produce. Vrem să știm când se produce evenimentul dorit.
Când nu îl dorim, când îl respingem, acest "când" îl resimțim ca apărând, ca venind acum sau "în orice moment", îl resimțim ca iminent. Nu îl așteptăm, ci îl pândim cu atenția, cu gândul să nu vină, să-l ținem în loc, atunci când se ivește la orizont. Suntem siguri că o să apară, nu avem îndoieli. Nu știm de unde și cum, pentru că poate veni de oriunde și oricum. Deci, evenimentul nedorit are această libertate de a veni de oriunde (pe orice cale) și oricum (în orice fel). Dar când? Uite acum, în orice moment. Mă simt ca și cum se îndreaptă deja către mine. Mă pregătesc să-l întâmpin cu război, cu apărare.
Iată încă ceva de învățat din eficacitatea și eficiența credinței din frică.
"Cum", "de unde" și "când" sunt instrumentele care pot scădea sau bloca realizarea dorinței. De asemenea, ele pot fi instrumente care pot crea disfuncții și în eficiența fricii.
Dacă ne axăm cu seriozitate pe ele în frică, aceasta își pierde din putere, din credință.
Dar dacă în dorință le lăsăm deoparte, le lăsăm libere așa cum facem de obicei în frică, puterea de realizare, de întrupare a dorinței crește.
Mai concret, dacă nu ne preocupăm de "cum", "de unde" și "când" va apărea sau se va realiza dorința, ci ne

așteptăm să apară oricum (în orice fel, logic sau nu, realist sau nu), de oriunde (din orice direcție, pe orice cale – aceasta este foarte legată de "cum") și oricând (nu contează momentul, dar îl resimt ca iminent), atunci gradul de credință și, în consecință, puterea de realizare a dorințe crește.
Așa cum în frică (anxietate mai precis), sunt pregătit cu toată ființa mea să întâmpin cu respingere venirea a ceea ce cu certitudine gândesc și simt că vine spre mine, înarmat cu suficientă ură, ca emoție care-mi furnizează multă energie pentru apărare (energie care, culmea, alimentează chiar puterea de a se realiza, manifesta nedoritul), tot așa pot cu toată ființa mea să întâmpin cu mulțumire, cu recunoștință, cu bucurie deplină (emoții care alimentează cu energie manifestarea dorinței) ceea ce gândesc și simt concret că vine spre mine oricum/de oriunde și oricând. Și să fac asta fără a mă preocupa de modalitățile (cum) logice, realiste. Să nu zic, să nu consider că "n-are cum/de unde…", "păi și când…?", ci, ca în frică, să le consider posibile, probabile, certe, fără a verifica asta. Să las această "posibilitate" în voia universului (Dumnezeu, Sfântul Duh, Krishna, Tao, după caz…), a sorții și, de asemenea, să nu stau să verific (când) din moment în moment "dacă" s-a realizat sau să mă întreb mereu "dar când" se va întâmpla, ci a permite acestor dorințe, posibile realități să se manifeste când vor ele, să nu le impun, să nu le forțez să apară – adică să le las libere. Și făcând astfel, nu voi mai fi (pre)ocupat cu unde, cum, când, ci, fără să mă întreb despre acesta, voi trăi ca în frică (anxietate) ca și când se întâmplă chiar acum sau se poate întâmpla oricând, fără nicio logică, dar cu imaginea clară a "faptului" și cu emoția corespunzătoare pe care o trăiesc firesc la simțirea realizării acestuia cu toate simțurile mele, cu toată ființa mea.

19. Diferența dintre dorința din lipsă, dintre nu vreau și vreau

Ceea ce se numește de obicei "falsa dorință" este cea a egoului, adică a protectorului, a acelui construct din programe automate care te apără. Aceasta provine din prevenție, din frică, din nu vreau, nu din ce vreau – vine din Nu (din lipsă), nu din Da. De aceea nu are putere. Are doar forță de împotrivire, ca să ne folosim de limbajul lui Hawkins. Ori la Dumnezeu toate sunt Da.
Ceea ce vine de la ceea ce se numește "suflet" este dorința adevărată, autentică, vreaul adevărat. Adică unde spun eu Da. Ce mă împlinește, mă bucură, nu ce mă apără, mă ține în siguranță de... amenințare (de a Nu fi nimicit).
Întrebarea ajutătoare ar fi:
De ce sunt aici?
Pentru că vreau aici sau pentru că nu vreau acolo?
Chiar îmi doresc să mă duc acolo, mă atrage acolo sau nu-mi place aici, vreau doar să scap de aici?
Sper că fiind acolo să obțin o satisfacție la frustrarea pe care o simt, o umplere de golul pe care îl simt, la lipsă sau mă revărs într-acolo din preaplin, din plinătatea dorinței?
Egoul apară și "rezolvă" problema prin Nu, prin ferire și umplere.
Sufletul prin simțirea plinătății în încredințare…

Ca să înțelegem mai bine, putem apela la noțiunile de putere și forță ale lui Hawkins.
Forța (sub 200) este mult mai slabă decât puterea (peste 200).
Frica (100) și dorința din lipsă (125) au o energie prea mică în comparație cu acceptarea (350+) sau bucuria (570+).
În pofida uriașei credințe din frică, emoția (energia) fricii ("frecvența" de 100) este prea mică și astfel eficiența acesteia este mică. Dorința din lipsă are energie mai mare

decât frica, dar este lipsită de credință sau credința este extrem de mică. De aceea, aceasta este ineficientă în comparație cu frica.
În schimb, aceeași credință sau chiar jumătate din credința prezentă în frică, alimentată de energia bucuriei, creează "minuni".
Hristos spunea să "te înfășori în dorință ca bucuria ta să fie deplină", pentru că puterea de manifestare a bucuriei este uriașă chiar la credință puțină. Bucuria este la 570+ pe scala conștiinței umane. Sfinții făcători de minuni au calibrat în medie la 580, după măsurătorile lui Hawkins.
Ideea este cea pe care a spus-o Hristos. Anume că puțintică credință, cât un bob de muștar plus bucurie deplină este "formula" pentru a muta munții.
Pentru credință este necesară încrederea, încredințarea, cedarea controlului, iar pentru bucurie este necesară mulțumirea, prețuirea, recunoștința a ceea ce simți că ai, că trăiești deja.

20. Despre a cere sau a cerși/impune

"Toate lucrurile pe care le veți cere sincer și direct [...] din interiorul numelui Meu, le veți primi. Până acum, nu ați făcut acest lucru.
Cereți fără motiv ascuns și înconjurați-vă de răspunsul pe care-l doriți. Învăluiţi-vă de ceea ce doriți, pentru ca bucuria voastră să fie deplină" (Ioan, 16, 23-24)

A "mă învălui", înseamnă a "privi" din finalul împlinirii dorinței cu toate sau cu cât mai multe simțuri, astfel încât să mă întrupez în ea, în faptul împlinirii ei. În momentul în care fac asta, pot să văd dacă împlinirea dorinței îmi aduce bucuria pe care o sper. Nu putem ști dacă un eveniment oarecare ne va provoca un anume sentiment sau emoție. De aceea, profețiile se referă la evenimente,

la ce (ni) SE întâmplă, nu la ce vom gândi, la cum vom reacţiona și în niciun caz la ce vom simți.
Adeseori spunem că dacă se va întâmpla un anumit eveniment, de exemplu moartea mamei, vom fi devastați (vom simți ceva anume într-o intensitate anume), în timp ce dacă ar muri tatăl nu vom simți mare lucru. Și tot adeseori ceea ce simțim în acele momente ne ia prin surprindere, uimindu-ne – cât pot să plâng la tata, pe care nu îl iubesc atâta sau de ce nu simt la mama "dezastrul" pe care îl așteptam, că doar o iubesc atâta.
Oare ne cunoaștem? Știm cu adevărat ce ne dorim, "ce ne" bucură? Sau doar știm ce credem că "ne aduce" bucurie?
Problema este că știu ce "mă bucură" în momentul în care "mă bucur" de ceva atunci când mă aflu "în fața acestuia". Știu că ieri m-am bucurat de cutare lucru, să fac cutare lucru etc. Nu știu dacă azi "în fața aceluiași lucru" voi simți la fel, nu știu dacă mâine. Cred, bazându-mă pe experiența trecută, sper eventual "să-mi aducă" aceeași bucurie, dar nu știu.
Când spun că "eu mă bucur de…", pare a fi vorba cumva despre ceva ce fac eu – eu sunt responsabil de producerea bucuriei, simţirii respective. Când spun că ceva "îmi aduce bucurie", pare a fi vorba despre faptul că acel ceva (experiența avută, posesia acelui lucru etc.) este responsabil de producerea bucuriei, simţirii intenționate.
Dacă eu îmi propun ca mâine la o anumită oră să mă bucur, reușesc să o fac?
Dacă eu cred că mâine când voi avea acea experiență sau acel lucru care cred că îmi va aduce bucuria, simțirea intenționată, voi trăi într-adevăr ceea ce sper?
Poate da, poate nu, poate mai puțin, poate mai mult din ce cred, sper, intenționez acum. Parcă nu ține nici de intenția mea, nici de lucrul, experiența în sine, nici de amândouă la un loc. Intenția mea nu fabrică bucuria, iar lucrul, experiența în sine nu este o căruță care cară

bucurie, din care eu pot lua cât doresc din ea. Îmi scapă total.
Dar oare eu știu ce este aia bucurie? Am simțit-o?
Dacă da, atunci măcar știu "cum se simte" asta. Probabil fiecare a simțit așa ceva cât de puțin sau rar în viață. Problema este că atunci când a trăit-o, a fost într-un context, legat de ceva ce "făcea" sau "avea". Și astfel, a legat-o de acel a face sau făcut în general sau de acel lucru avut sau de a avea în general. A condiționat-o de acțiune sau de o deținere, posesie a unui lucru sau persoane. Sunt fericit, bucuros doar dacă fac cutare lucru sau am cutare lucru și/sau pe cutare. Toate aceste condiționări sunt, deci, în mintea mea mijloace, instrumente prin care eu cred că produc sau primesc, dobândesc acea simțire, bucurie. Și ajung în felul ăsta să îmi doresc aceste mijloace, aceste proceduri prin care cred că voi simți bucurie, fericire, împlinire etc., mai mult decât simțirea ca atare. Uneori, dacă simțirea "vine" altfel decât prin aceste "căi" este refuzată, parcă este ilicită.
De exemplu, sunt trist, că am pierdut ceva sau pe cineva și în timp ce mă uit la un copil care râde sau văd un fir de iarbă verde, simt cum în mine se "ivește" bucurie. Păi, nu este momentul. Acum și-a găsit? Așa? Eu acum sunt trist, nu am timp de asta. Și ce ar însemna asta? Că nu îmi pasă de ce am pierdut? Sunt confuz… Simțirile astea, ca bucurie, tristețe etc., "trebuie să" aibă și ele o coerență, un determinant clar, cutare lucru, situație provoacă tristețe, cutare lucru bucurie etc. Trebuie să fie adecvat, nu inadecvat. Adecvat și inadecvat la ce? La situație, la acțiune, la intenție? Adecvat aici înseamnă nu liber. Nu râzi când îți vine, ci când este cazul. Razi și tu la o glumă, că de astea sunt spuse, ăsta este rostul lor, să provoace râs, nu râzi la înmormântare, asta este greșit, inadecvat.
Trebuie să găsim mijloacele prin care să determinăm să simțim corespunzător situației. Acum este cazul să plângem și este necesar pentru asta să simțim tristețe.

Așa este decent. Acum este cazul să râdem, deci trebuie să facem ceva să ne veselim, este indecent să fim posaci. Deci trebuie să găsim butoanele astea pentru provocarea simţirii, cum ar fi gândire pozitivă, anumite activități, dobândirea anumitor lucruri, persoane. Întrebarea "ce te face pe tine fericit, ce te bucură sau ce te întristează?" se referă la determinismul, controlul simţirii. În felul ăsta mijloacele de control, de "cauzalitate" a simțirilor, cum este bucuria, sunt vizate mai mult decât simțirea, bucuria în sine. Și uite așa apare o separare între "ce îmi doresc cu adevărat" (cum ar fi bucuria în sine sau alt lucru dorit pentru el însuși, nu pentru ce ar putea aduce) și ce doresc pentru a ajunge la asta, mijloacele de a o dobândi – să numim asta "ceea ce îmi doresc în mod fals".
Ce cer? Dorința adevărată sau dorința falsă?
A cere în mod "sincer și direct… fără motiv ascuns", înseamnă a cere "dorința adevărată" – lucrul sau acțiunea însăși pentru ea în sine, nu pentru altceva, "ascuns".
A nu face asta, a cere cu motiv ascuns, înseamnă a cere un mijloc prin care eu cred că mă poate duce la adevărata dorință. Deci nu îmi exprim cererea a ce îmi doresc, ci cer, impun un așa prin care să dobândesc ce îmi doresc.
Dar înainte de asta este necesar să văd dacă într-adevăr îmi doresc acel lucru (chiar și ascuns) sau doar vreau să scap de un altul – adică motivul este o frică, un nu vreau. De exemplu, eu spun că vreau, îmi doresc să fiu fericit. Dacă mă întreb cum definesc asta, cum arată această fericire, atunci cel mai probabil o voi defini prin negații – să nu mai simt asta, să scap de ailaltă etc. etc. În acest caz, eu nu îmi doresc, vreau ceva, nu e un Da spus la ceva, ci este un Nu spus la altceva, este o împotrivire la acesta. Ceea ce voi simți este aceasta împotrivire, care culmea, mă apropie de ceea ce mă împotrivesc. Pentru că atunci când mă împotrivesc, acord atenție și implicit importanță la ce nu vreau și astfel alimentez cu energie și putere de realizare. Deci, în cazul ăsta avem de a face cu

o frică (nu doresc, nu vreau) camuflată sub o "falsă" dorință – ceea ce cer sunt mijloace de a scăpa de asta (de ce nu doresc/vreau).
În cazul în care dorința nu ascunde o frică, atunci ea este directă, nu are motiv ascuns. Însă, în aceeași măsură este necesar să nu ne orientăm spre mijloacele de a o atinge, să nu le cerem, impunem pe acestea, ci să o cerem direct pe ea și să lăsăm mijloacele prin care o primim în grija universului, Sfântului Duh etc., să nu ne pese de "cum" se va întâmpla asta.
Primul pas este, deci, să știm ce cerem. Pentru asta este necesar să aflăm care sunt de fapt dorințele noastre "adevărate".
Care este cea mai adâncă dorință – acel lucru sau acțiune, experiență etc. pe care îl/o/le vrem doar pentru el/ea/ei/ele?
Cum ne dăm seama de ce dorim cu adevărat?
O metodă ar putea fi cea a autointerogației, adică o reflexivitate.
Să spunem că într-o primă fază afirm că îmi doresc să reușesc să fac, să realizez ceva "măreț". Aceasta dorință este destul de vagă, nu este ceva concret, deci nici nu poate fi realizată dacă nu este imaginabilă. Dorința trebuie cel puțin să poată fi imaginată. De aceea trebuie să mă întreb ce anume realizare ar putea să aibă pentru mine atributul de măreț. Să zicem că găsesc acest atribut în a mi se decerna premiul Nobel. Bun. Acum este necesar să mă imaginez în situația respectivă, ca și când am obținut deja premiul Nobel, că sunt la decernare, să îmi imaginez în detaliu filmul, să intru în rolul respectiv și să "văd" ce simt efectiv din acel rol. Ce simt concret fiind acolo în situația aia? Simt că este suficient că sunt acolo și am primit premiul sau aștept ceva de la asta? Dacă simt că este suficient, atunci înseamnă că într-adevăr asta este dorința mea adevărată, să primesc premiul Nobel. Punct. Nu mai doresc altceva de la asta. Dacă nu simt că este

suficient, ci aștept să fiu apreciat, înseamnă că eu îmi doresc să fiu apreciat, iar primirea premiului Nobel este doar un mijloc prin care eu cred, sper că pot obține ce îmi doresc de fapt. Putem merge și mai departe. Ce înseamnă pentru mine să fiu apreciat? Cum aș descrie asta? Prin ce fapte, gesturi, vorbe? Din partea cui? După ce am "definit" aprecierea în acest fel descriptiv și care poate fi "pus în scenă", merg la pasul următor făcând ce am făcut anterior – creez filmul în detaliu în imaginație și intru în rol pentru a vedea ce și cum se simte aprecierea. Apoi observ dacă sunt mulțumit cu aprecierea, dacă este suficientă. Dacă este suficientă, înseamnă că eu îmi doresc să fiu apreciat și consider că pot obține aprecierea sau nota maximă de apreciere doar luând premiul Nobel. O condiționez de acest mijloc. Dacă, însă, aștept altceva, nu voi simți că este suficient, ci mă voi simți dezumflat, gol(it) de sens. Dar ce pot să aștept mai mult? Ce simt că mai trebuie să simt că este suficient? Să mă simt zeu? Să mă simt adorat? Ce înseamnă să fii zeu concret? Cum se simte descriptiv zeitatea? Cum se simte adorarea? Prin ce gesturi, vorbe etc.? Dacă pot face această definire, descriere pentru a o putea imagina, atunci o pun în scenă și fac ce am făcut anterior. La fel, este suficient să mă simt adorat că sunt zeu? Este suficient să simt ce simte un zeu? Dacă da, asta e dorința. Dacă nu, atunci ce vreau, doresc eu cu adorarea, cu a fi zeu? Ce urmăresc de fapt să obțin, "să cumpăr"? Ce aștept mai mult? Oare dragoste? Dacă da, ce e aia? Să mă simt dorit, vrut necondiționat? Cum o definesc, descriu așa cum mi-o doresc eu? După ce o definesc prin ce simt eu și ce fac, spun alții pot pune în scenă piesa… Este posibil ca în cazul dragostei definite ca ceva gratuit și necondiționat să intre în contradicție cu toate condiționările mele anterioare, ca mijloace de a o obține, a o determina. Pentru că dacă o pot determina, de exemplu, prin apreciere obținută prin premiul Nobel și apoi prin divinizare și adorare, înseamnă

că este condiționată de aceste mijloace și deci nu este dragoste conform definiției (necondiționată). În consecință, chiar dacă pot imagina filmul și intru în rol, în pofida faptului că celelalte personaje din film se vor comporta corespunzător, ca și cum m-ar iubi, eu nu o să simt asta. Pot să simt altceva, dar nu căldura dragostei necondiționate. Se pare că puterea credinței, ca și a imaginației are o limită aici – la dragoste, iubire, libertate, încredere și chiar credința însăși. Credința are putere doar asupra faptelor, acțiunilor, posibilităților, evenimentelor, lucrurilor, pe scurt asupra lui "a face" și "a avea". Pot să mut munții, să fac să-mi crească o mână, să câștig ceva, dar nu pot să creez bucurie, dragoste, o simțire oarecare prin credință. Bucuria însăși este necesară pentru a crea, a aduce în manifestare aceste lucruri ca mutarea munților, dacă învăluindu-mă în dorință (întrupându-mă în rolul a ceea ce zic că doresc să se întâmple sau să mă aflu în fața a ceea ce vreau să am), aceasta apare. Dacă ea nu apare, dacă dorința imaginată nu aduce bucuria deplină (suficientul, împlinirea, e bine așa cum e), atunci nu se produce nimic.
Pentru ca bucuria să poată apărea, este necesar ca dorința să fie adevărată, adică să fie suficientă în sine, nu să fie mijloc pentru altceva (altă dorință), cu atât mai mult să nu fie o camuflare pentru o frică, un nu vreau, o ne-dorință (un nu doresc asta).

Până acum am vorbit despre ce înseamnă a cere "sincer și direct… fără motiv ascuns" și a ne "învălui în/de ceea de dorim pentru ca bucuria noastră să fie deplină".
În continuare, voi vorbi de ceva mult mai puțin evident. Voi aborda ce înseamnă a cere "din interiorul Numelui Meu".

Care este diferența între a cere din interiorul Numelui Său și a cere din afara acestuia?

Când mă situez în acest centru, mă aflu într-un centru de libertate. Sunt liber. Numele este "Eu Sunt". Indiferent unde, cum, când, atâta vreme cât eu sunt, eu sunt și nu pot decât să fiu în acel "moment" și "loc", indiferent de "moment" și "loc". Dacă nu sunt, atunci nu se mai pune nicio problemă, nici măcar cea de a fi în sine, nemaivorbind despre unde, cum, când. Când eu sunt, eu sunt și nicăieri și nicicând, dar și undeva, cândva. Nu contează. Nu depind de astea. Este ceva absolut necondiționat. Deci baza, fundamentul este "Eu Sunt". Asta este un dat fundamental. Cumva îmi este "dat" (formulat impropriu) "acest" eu sunt. Nu este un acesta, ci "Sunt Eu". Atâta "vreme" cât eu sunt, nu pot decât să fiu la momentul, prezentul în care mă aflu. Nu este o alegere. Mă trezesc "Eu Sunt". În acel moment nu pot să nu fiu, opțiunea, alternativa se află în viitor, nu în prezent. Bun. Eu sunt. Cine? Cine Sunt Eu. Deci, formula completă este "Eu Sunt Cine Sunt Eu" (EhYeh Asher EhYeh). Asta este tot ce pot "formula", spune despre "Numele" în care mă aflu, care mi-a fost dăruit, în care am fost "așezat" dintru-nceput. Ca persoană sunt un centru de libertate absolută (increată, după expresia lui Berdiaev). Mă trezesc, mă aflu, îmi dau seama, iau act că Eu Sunt Cine Sunt Eu. În acel moment în mod "automat" (nu este o opțiune, o alegere) "simt că sunt" și "știu că sunt". Nu există opțiunea negației, absenței acestora. Chiar dacă spun "simt că nu sunt/nu știu că sunt", această nu este decât o exprimare fără legătură cu "realitatea". Cine simte că nu este, cine nu știe că este? Eu. Păi eu trebuie să fiu ca să nu simt și ca să nu știu. Deci eu sunt, când nu simt și nu știu. Dar când sunt, adică sunt prezent, nu în comă sau în altfel de "absență" a lui "Eu Sunt", atunci știu că sunt și simt că sunt. Când sunt în Nume (Eu Sunt) "intuiesc" direct simt/știu că sunt ("intu eris" – "înăuntru voi fi" în latină, "Înăuntrul lui Eu Sunt Sunt Eu"). Când sunt în Nume, în interiorul Eu Sunt, Sunt Eu și simt și știu

că sunt. Opțiunea apare cu al treilea verb fundamental, verbul exercițiului libertății, al alegerii – "Văd", "Vreau". Simt că sunt și știu (cred, cunosc) că sunt, dar văd că sunt? Vreau să fiu? Aici apar opțiunile Da și/sau Nu. La celelalte verbe nu există decât opțiunea Da din interiorul lui "Eu Sunt". Dacă rămân în Nume (Eu Sunt) "Văd" (că) Sunt Eu, văd lumină. Când simt că sunt, re-simt căldură, dragoste, când știu că sunt, re-simt iubire, adevăr în mod necondiționat, nu este opțional, "decurg" automat din "faptul" că "eu sunt", așa cum sunt că sunt și știu că sunt decurg din asta. Prin "Văd", "Vreau" pot face trecerea la opțiune, la alegere, la a rămâne în "Eu Sunt" sau în afara "acestuia". În afara lui "Eu Sunt" sunt în ec-sistență. În Eu Sunt Văd Sunt Eu, văd Lumină, Văd Cineva, Vreau să Fiu, Sunt Fiu. Prin "Văd"/"Vreau" pot pune întrebarea "ce?" și, astfel, pot să o pun și la simt și știu. Ce simt și ce știu? Multe "ce"-uri prin care ies în ec-sistență și "mă" re-simt că sunt ceva, "mă" știu ceva și "mă" văd ceva sau nu "mă" văd ceva, vreau să fiu ceva sau nu vreau să fiu ceva.
Dacă mă "situez" în Nu (Văd, Vreau) sunt în afara lui Eu Sunt, pentru că în acesta toate sunt Da. Deci nu văd, arată că sunt orb. Dacă sunt orb și "nu văd", atunci de unde să știu ce vreau? Dacă "nu vreau", atunci de unde să știu ce vreau? Nu pot vedea decât nelumina și nu pot vrea decât nevrutul.

Dacă mă situez în Eu Sunt, atunci Văd. Toate verbele, toate acțiunile care exprimă "a face" și care se referă la ce știu, ce simt își au originea în acest Văd din interiorul lui Eu Sunt și astfel pot să spun, să aleg ce vreau. Altfel, este doar ce nu văd, ce nu vreau, ce nu simt, ce nu știu – e ceață și confuzie și lipsă de repere. Reperele sunt relative, exterioare, impermanente, incerte, false, iluzorii, amăgitoare și dezamăgitoare…
În afara lui Eu Sunt este dependență de toate aceste incertitudini și o nevoie permanentă de verificare și

asigurare. Eu Sunt se transformă în eu sunt acesta/aceasta, în "ce", care este la "mâna" altor ce-uri, condiționări etc. – devine dependent, rob. Este într-o situație de neputință aici și o trăiește ca atare. Adevărată putință se află în centrul de libertate Eu Sunt.
Când cer din afara lui Eu Sunt, din afara libertății, cerșesc, impun, disper, mă rog, mă tângui, șantajez, agresez, forțez, mă milogesc, învinovățesc sau mă învinovățesc etc. pentru ceea ce consider că am nevoie. Sunt în nevoie (nu vreau), în necesitate, în dependență, în neputință. Nu pot sta fără ce consider că am nevoie. Dorința nu este dorință, ci nevoie, trebuință. Nu este ceva ce mă atrage, îmi place gratuit. Nu este ceva ce mă bucură, ci ceva fără de care consider că nu pot fi. Culmea, toate astea pe care le cerșesc, amenințând pe ceilalți și universul, vreau să le "am" pentru "a fi", nu pentru că mă bucură. De aceea sunt agresiv și amenințător, manipulator etc., pentru că nu cred că pot fi fără să am, să primesc. "Dă-mi și mie… așa să-ți ajute Dumnezeu!" exprimă un subtil blestem – dacă nu-mi dai nu o să-ți ajute Dumnezeu. Sau "te rooog muuult, dă-mi/ia-mi și mieeeee…" – cine are suflet de câine să nu cedeze la astfel de umilire. "Dă-i mă! Nu vezi cât se chinuie, cât se tânguie? Nu te înduri?" – arată că la insistențe și la exprimarea suferinței este frumos din partea ta să te execuți, altfel ești "câinos", nemilos – cumva ești "obligat" să cedezi la aceste forțări, cerșeli, dacă nu vrei să fii decăzut din rangul de ființă umană în cel de monstru fără inimă.

Culmea este că se cere de cele mai multe ori imposibilul, cum ar fi să mă iubești ș.a.m.d. De câte ori nu auzim "Nu înțeleg de ce nu mă iubește, când eu am făcut atâtea…!?", "Ce am făcut, cu ce am greșit de nu mă iubește?", "Ce îi era așa greu să mă iubească?"

Dacă poți, ești obligat să oferi, să faci. Nu ai voie să refuzi. Nu este frumos… De aceea, mulți se chinuie să inventeze nu pot-uri, dacă vor să refuze. Nu au voie să spună nu vreau, nu am chef, prefer altceva… În acest cerc vicios, orice cerere este considerată cerșeală, impunere. "Mi-e rușine să cer" arată că cererea este asociată umilinței, dar și impunerii în expresia "nu îmi permit să îi cer/cine sunt eu să îi cer/nu am curajul sa îi cer". Este asociată umilinței la care mă supun prin toate strategiile manipulative pe care mă strofoc să le aplic, dar și aroganței de a pretinde, camuflată de umilire și neputință (nu aș cere dacă nu aș fi în nevoie și neputință). De aceea când cerșim, când ne rugăm de cineva să ne dea ceva, orice, este un conflict în noi între umilite și aroganță, între rușine și orgoliu. În momentul în care cerșesc ceva, o fac pentru că eu re-simt că nu pot fi fără acel lucru, o fac deci din frică. Și atunci depind de cel ce cred eu că are ce vreau eu. Acela deține monopolul produsului râvnit, iar eu sunt la mâna lui, mă simt sclavul lui, atât timp cât vreau acel lucru de care eu simt că nu pot fi, constrâns să "joc" cum vrea el. În mod clar viața mea este una de rob. Nu fac ce-mi place, ci tot ce trebuie (ce mi se cere) pentru a obține lucrul fără de care simt că nu pot trăi. Îl urăsc pe cel care deține monopolul a ce vreau eu, dar nu mă pot despărți de el câtă vreme am "ne-voie" de drogul care mă ține în viață. Prin asta consider eu că fac să fiu – "Ce să fac? Nu am de ales…" zic atunci, scuzându-mi comportamentul prin faptul că resping să mă văd liber. Dar nu am cum să mă văd liber (să văd lumina și să mă bucur), câtă vreme mă consider dependent de toate ceva-urile de care am nevoie și cred că le doresc (îmi lipsesc). Și ce romantic ne exprimăm în dramaturgia vieții "Mi-ai lipsit mult…" sau "Cât de mult mi-a lipsit asta. Acum realizez…", ca și când putem deține, avea ceva. Cum să nu stau într-o permanentă frică, dacă eu cred că existența mea depinde de toate aceste ceva-uri fragile și impermanente. Tot

timpul voi sta și eu în aceeași stare de fragilitate și nesiguranță, în viitor sau în regretul trecutului. Asta se întâmplă întotdeauna când îmi bazez a fi-ul (Eu Sunt) pe ce am (pe ceva). Ce am nu este fundamental, nu este ontologic. Este firesc să nu îmi dea siguranță. Și, de asemenea, atunci când "mă" simt bucuros sau iubit sau simt dragoste etc., legat de ceva ce am, nu durează – lumea ceva-ului este o lume în continuă schimbare. De aceea tindem să ne agățăm, să constrângem, să țintuim ce avem, să împăiem momentele, să mortificam existența. Efectul este că trăim în frică, nu în bucurie. Ajungem să facem ce trebuie ca să nu pierdem, nu ce vrem, ce ne place.

De exemplu, în relația cu Dumnezeu, tindem să acționăm din frică, ca să scăpăm de o pedeapsă veșnică sau provizorie (în funcție de religie) sau să obținem un loc (eventual privilegiat) pentru a putea fi. Și ne rugăm, ne milogim cu disperare să ne dea iertarea, să ne dea nu știu ce, chinuindu-ne pentru a îl impresiona – uite câte miliarde de rugăciuni am făcut, câte mătănii, câte milostenii etc. Cumva, deci merit. Este ceva cantitativ, o plată. Am plătit cu suferință, cu privare de ce vreau, ce îmi place – ascetism. Dacă vreunul primește harul pur și simplu fără să facă astea, sunt invidios. De ce doamne îngădui Răul, nesimțirea etc. Unde este dreptatea lui Dumnezeu care dă harul de a învia morții celor liberi care fac ce le place și noi care ne-am mucenicit atâta rămânem fără? Unde este dreptatea aici? Unde este meritocrația?
Nu prea înțelegem că păcatul înseamnă a fi rob. Robia păcatului este renunțarea la libertate. Iar libertatea se află în Eu Sunt.
Când sunt aici sunt liber. Sunt și nu trebuie să fac nimic pentru a fi. Simt că sunt și re-simt dragoste, știu că sunt și re-simt iubire, că sunt în adevăr în mod firesc. Ce să mai cer sau cum să mai simt că îmi lipsesc? Având în

vedere că aproape toate chinurile omului sunt pentru a le dobândi pe acestea, putem înțelege ce "avem" doar situându-ne pur și simplu în acest centru de libertate, în Eu Sunt. Fiind aici Văd clar Lumina, văd "Ce" este așa cum este, nu cum forțez eu să fie. Nu mai forțez, pentru că nu mai trebuie să fac ca să fiu, ca să simt iubire etc., nu mai vreau să nu văd ce nu îmi convine (că nu sunt iubit, plăcut de exemplu). De asemenea, nu mă mai apăr, pentru că nimic nu îmi amenință existența atâta vreme cât "Eu Sunt". Eu sunt nu mai depinde de "ce" am sau "cum" sunt și care sunt "în afară" (ec-sistă).
Atunci văd clar ce mă atrage, ce doresc cu adevărat, dar nu sunt dependent, nu simt că fără astea nu pot fi, ci doar îmi place să le am ca să mă joc, să mă bucur de ele ca un copil care se joacă în bătătură cu chestii. Dacă le are, se bucura de ele, dacă nu, se bucura oricum că este. Deci este liber și nu forțează, nu impune să aibă. Din interiorul lui Eu Sunt, cer, direct și fără motive ascunse, vreau asta, dar este bine oricum și dacă o primesc și dacă nu. Nu sunt rușinat să cer pentru că nu consider că trebuie să merit și că eu aș fi nemerituos sau merituos, nu (mă) judec. Nu simt rușine, pentru că nu mă simt în lipsă, în insuficiență și nu mă milogesc pentru nimic, pentru că nu-mi lipsește nimic. "Am" totul – Eu Sunt Cine Sunt Eu, simt că sunt și știu că sunt, re-simt dragoste și iubire, văd astfel lumină. Deci, ce (mai) vreau? Ce îmi place? Asta ar fi ce se adaugă pe deasupra. "Căutaţi mai întâi Împărăţia lui Dumnezeu şi neprihănirea Lui, şi toate aceste lucruri vi se vor da pe deasupra." (Matei 6,33)
Când Hristos spunea că atunci când El este în noi și noi în El vom avea viață, la asta se referea. Stă la ușă și bate, doar să-l lăsăm să intre. Dacă intră, este în noi și noi în el – adică în Eu Sunt. Asta este ieșirea din poziția de rob, a păcatului. Păcatul este "a face" (orice) din afara lui Eu Sunt, din ne-voie, din dependență.

De fapt, El este în noi și noi suntem oricum în El, doar că nu privim de unde trebuie ca să vedem asta. Dacă nu vedem, nu credem și vedem nevăzutul și asta va fi pentru noi. Realitatea devine pentru noi așa cum o vedem și vedem în funcție de poziția din care ne uităm. Dacă ne uităm chiorâș, chiorâș o să fie și realitatea pentru noi.

În concluzie, când mă situez în Eu Sunt, sunt liber și las liber. Nu impun ce îmi doresc, nu forțez să fie așa pentru că nu sunt în nevoie și deci în disperare. Asta este și regula importantă în "tehnica" credinței – să nu forțăm, să nu impunem să se întâmple cum dorim. Este suficient să simțim bucuria la "întruparea" a ce ne dorim. Atât. Apoi, pentru că suntem în Eu Sunt (în interiorul Numelui Său), nu stăm în nerăbdare, nu pândim să se întâmple, ci ne vedem de "treabă" – să ne bucurăm de ce vedem, simțim, știm…

Și să avem încredere, nu să verificăm ca și când am putea să fim "trași pe sfoară". Cum spunea Joseph Murphy, dacă avem încredere atunci când facem o comandă că vom primi produsul și nu stăm să îl urmărim când și dacă vine, ci suntem siguri că îl vom primi, de ce nu acordam această prezumție de "bunăvoință" lui Dumnezeu, universului sau cum i-om spune? De ce ne îndoim de bunăvoința acestuia? Cum spune Hristos: "Cine este omul acela dintre voi care, dacă-i cere fiul său o pâine, să-i dea o piatră? Sau, dacă-i cere un pește, să-i dea un șarpe? Deci, dacă voi, care sunteți răi, știți să dați daruri bune copiilor voștri, cu cât mai mult Tatăl vostru, care este în ceruri, va da lucruri bune celor ce I le cer! Tot ce voiți să vă facă vouă oamenii, faceți-le și voi la fel; căci în aceasta sunt cuprinse Legea și Prorocii." (Matei 7:9-12)

Rumi spune: "rugăciunea să fie o laudă pură, nu cerși să se întâmple sau să nu se întâmple ceva."

Mergând mai departe...

Neville Goddard spune în capitolul 15 "'Făgăduința' – patru experiențe mistice" (1961) că „Experiențele mele mistice m-au determinat să accept literal vorba aceea, 'întreaga lume e o scenă'. Și să cred că Dumnezeu joacă toate rolurile. Scopul piesei? Să transforme omul, creația, în Dumnezeu, Creatorul. Dumnezeu a iubit omul, creația Sa, și a devenit om în credința că acest gest de auto-înfăptuire va transforma omul – creația – în Dumnezeu – Creatorul."

Aici sugerează el ceva pe aproape, dar de fapt nu este vorba de a-l transforma pe om în Dumnezeu, ci de a se simți omul ca Dumnezeu, ca un creator în acest sălaș al Enouchyamae.

"4. Enouchyamae făurit,
paza, ştiul meu
călăuzirile devierii îndepărtează." (Evanghelia Desăvârșirii, 15. Yeshua învață mulțimea Calea rugăciunii și a spiritului)

În a șasea dimensiune este Imaginea, Oglindirea.
Aici fiecare se poate afla în iadul sau raiul său în funcție de ce imagine creează prin ce crede sau în ce imagine, adevăr crede. Depinde în ce se întrupează. (Mitul Creației) În Upanișade scrie că acest univers fizic (Enouchyamae) este creat prin Manas (mintea formală, formativă, a formelor – imaginarea concretă) și Hrit (chakra secundară a Anahatei care înseamnă căldură solară a dorinței).

Imediat sub Anahata (la plexul solar sau, uneori, în partea stângă a acestuia) se află o chakră minoră cunoscută sub numele de Hrit (sau Hridaya, „inima”), cu opt petale. Are

trei regiuni: o regiune a soarelui vermilion, în interiorul căreia se află o regiune albă a lunii, în interiorul căreia se află o regiune de foc roșu profund. În cadrul acestuia se află arborele roșu care împlinește dorințele, kalpavriksha, care simbolizează capacitatea de a manifesta ceea ce dorești să se întâmple în lume.
Hrit chakra este uneori cunoscută sub numele de chakra Surya (soarelui), care este situată puțin la stânga sub inimă. Rolul său este de a absorbi energia de la soare și de a furniza căldură corpului și celorlalte chakre (în special Manipurei, căreia îi oferă Agni (foc).

Cumva, este jocul virtual al oamenilor pentru a se juca de-a creatorii prin puterea imaginației și a dorinței. Orice imaginezi și te întrupezi prin simțuri manifești ca realitate holografică.
O lume a oglinzilor am putea spune. Imaginația și credința în ea prin întruparea prin senzațiile simțurilor este o credință puternică în Enouchyamae. Un instrument cu două tăișuri. Când predomină frica, se creează iaduri, când predomină "optimismul" se creează raiuri…

Psalmul 81
1. Dumnezeu a stat în dumnezeiască adunare şi în mijlocul dumnezeilor va judeca.
2. Până când veţi judeca cu nedreptate şi la feţele păcătoşilor veţi căuta?
3. Judecaţi drept pe orfan şi pe sărac şi faceţi dreptate celui smerit, celui sărman.
4. Mântuiţi pe cel sărman şi pe cel sărac; din mina păcătosului, izbăviţi-i.
5. Dar ei n-au cunoscut, nici n-au priceput, ci în întuneric umblă; stricase-vor toate rânduielile pământului.
6. Eu am zis: "Dumnezei sunteţi şi toţi fii ai Celui Preaînalt".

7. Dar voi ca nişte oameni muriţi şi ca unul din căpetenii cădeţi.
8. Scoală-Te, Dumnezeule, judecă pământul, că toate neamurile sunt ale Tale.

Aici se pare că este vorba mai degrabă despre Veghetori. Ei au introdus în conștiința umană ideea de judecată, de dreptate și ideea de impunere, de forțare a voinței. Idei care au pervertit și alterat puterea inocentă a imaginației primilor oameni trăitori în "Raiul pământean primordial". Aceasta s-a întâmplat prin ideile de dreptate și bine (binele și răul). Ei sunt șarpele din Grădina Edenului (Raiul pământean al Enouchyamae creat de om inițial). Au fost conducători spre pierzania credinței în Casa Omului.

Joaca de-a creatorul a oamenilor se pare că s-a întors în timp împotriva oamenilor. Sunt dominați de frică, de imaginile create de ea și astfel au ajuns să locuiască într-o lume făcută din iadul fricii. Hristos ne-a dat tehnica credinței pentru a ne elibera de robia păcatului de a crede în frică, în iadul scenariilor, imaginilor ei.
Dar câtă vreme vrem să posedăm, să controlăm propriile "creații", folosind forța impunerii, a voinței personale, paradoxal, vom fi stăpâniți de propriile "creații", de realitatea creată. Și când o creăm din/prin frică, aceasta ne va supune, ne va stăpâni în măsura în care vrem noi să o stăpânim. Cumva suntem stăpâniți de propria voință de a stăpâni, controlați de propria dorință de a controla.

Neville spune tot în capitolul 15 (1961) că:

"Mulţi oameni sunt interesați de 'Imaginism' ca mod de viață, dar nu sunt defel interesați de implicațiile sale într-ale credinței, o credință ce duce la împlinirea Făgăduinței lui Dumnezeu. 'Atunci voi ridica după tine pe urmaşul tău,

care va răsări din coapsele tale... Eu voi fi aceluia Tată, iar el Îmi va fi fiu' (2 Samuel/2 Regi 7:12;14).

Făgăduinţa că Dumnezeu va ridica din trupul nostru un Fiu 'Care nu din sânge, nici din poftă trupească, nici din poftă bărbătească, ci de la Dumnezeu s-au născut' [loan 1:13] nu-i preocupă. Ei vor să cunoască Legea lui Dumnezeu, nu Făgăduința Lui. Totuşi, această naştere miraculoasă a fost clar afirmată ca necesitate pentru întreaga omenire încă din cele mai timpurii zile ale frăţiei creştine. 'Trebuie să vă naşteţi de sus' [sau 'din nou'], loan 3:7. Rostul meu aici este să o afirm din nou şi să o afirm într-un asemenea limbaj şi cu o astfel de trimitere la propriile mele experiențe mistice încât cititorul va vedea că această naştere 'de sus' e cu mult mai mult decât o parte a unei superstructuri dispensabile, că este unicul scop al creaţiei lui Dumnezeu.”

Și așa este.
Folosirea corectă a rugăciunii, a tehnicii credinței este doar primul pas. Pasul de a restaura omul cum a fost la începutul întrupării sale în Enouchyamae, când era stăpânul acestui joc virtual, atunci când el percepea ceea ce credea și nu credea ceea ce percepea. Dar credința lui nu e de la el, ci Voia Lui Dumnezeu. Așa că pasul doi este de a accede la Știul fundamental care ne apără de deviațiile oglindirii imaginative, de jocul oglinzilor – de a ieși astfel din jocul copilăriei umane de-a tata și de-a mama, atunci când acest "pod virtual" între dimensiuni își va fi împlinit rostul pe care EhYeh l-a văzut în vederea mântuirii copiilor rătăcitori.

Noul "Pământ" va fi în dimensiunea a patra, unde-și are casa Ceata de îngeri Bwyh (Pământul) din Împărăția Simt-Cred-Vreau al cărei conducător este Re'el (Soarele absolut

strălucitor al lui Dumnezeu). Aici va fi Ierusalimul Ceresc, Pământul ceresc. (Mitul Creației)
Până la această etapă ni s-a revelat intenția Hristosului…
Cumva este trecerea sau urcușul din pântece, din Hrit în Anahata, din dorință în dragoste, din dorințele ego-tice în dragostea Eu-istă. Deasupra Anahatei este "Chakra Timusului", a Bucuriei – posibil lăcaș al păcii și bucuriei/înduhovnicirii la granița dintre dimensiunea a patra și a cincea.

21. Problema terapeutică…
Aici sau oriunde…

În încercarea de a face bine cu forța, de a ajuta, se repetă pattern-uri vechi de la începutul timpului, se reiterează traume FOARTE-FOARTE vechi...

Trist...
Greu...
Și nu este nimic să faci la nivel cognitiv...
Totul este o problemă spiritual-sufletească...
Dar care nu se poate rezolva decât în cadrul specific persoanei, adică al libertății...
Nu este posibil altfel.

Dacă se încalcă iar principiul primordial, libertatea, adică ce este cel mai sacru în întreaga Creație, se repetă greșeala primilor binevoitori, care au încercat binele cu forța în numele Iubirii și al Adevărului – binele iubirii și dreptatea adevărului. Și a ieșit mai rău decât înainte de a încerca asta...

Pentru că nu există libertate substantival, ci doar eu (persoana) liber. Adică spiritul, ceea ce numim spirit și îl diferențiem de suflet, care ar fi ca o inimă subtilă, ca un

trup de Lumină, de Ființă primordial (etern), prin care în mod sensibil, sufletește percepem A Fiul, Ființa, ceea ce este, ființa celuilalt... Ceva de genu'...

Deci când pui preț pe Ființă, pe Iubire, pe... nu contează, mai mult decât pe persoană (Eu sunt liber), totul se duce de râpă. Se atacă astfel fundamentul întregii creații. În termeni dogmatici creștini, îl ataci pe Dumnezeu Tatăl. În mistica isihastă creștin ortodoxă, Eul Conștiința este Chipul Tatălui în noi (mai exact, asemănarea de Chip de Tată...). El este "Sursa" a toate. A absolut toate – Yeh (Ființa), Sf. Duh, Hristosul... Oricine și orice.. – deci absolut nimic nu este deasupra și nu justifică atacul împotriva persoanei (a nu se confunda persoana cu corpul, ființa concretă etc.)...

Greu de înțeles libertatea asta...
Și mai greu de trăit cu ea...
Culmea, că asta înseamnă că este greu de înțeles persoana. De fapt nu este nimic de înțeles la persoană. Pentru că nu este ceva. Doar ceva poți înțelege și are eventual un înțeles.
Și cum persoana este în esență libertatea, înseamnă că este greu de trăit cu persoana – greu de trăit acest "a fi cu persoana".
De fapt, este cel mai ușor lucru, dacă nu ne împiedică faptul de a vrea... ceva.

22. Despre cineva și ceva

"Ceva e Totul și Totul e Ceva, dar e nimeni.
Cineva nu este ceva, deci e nimic, dar nu e nimeni." (Minamin)

Argumentul mental, logic prin care panteismul budist sau de altă factură este argumentat pornește de la o axiomă: dacă nu există delimitare, separare – ceva distinctiv – cinevaul este unul și același. Adică, cumva, Cinevaul se poate multiplica, pot fi mai mulți doar prin ceva care să separe Cinevaul unul de altul. Dacă nu este niciun ceva (nimic), atunci există doar un Cineva, nu mai mulți.

Ceea ce se consideră a fi persoană (respectiv individualitate, unicitate) nu doar în Orient, este reprezentat de corp, gândire, memorie și emoții personale – al meul. Este ceea ce gramatical este reprezentat de "mine", "me"-ul englez sau "moi"-ul francez. Nu se referă la "Eu", 'I"-ul din engleză sau "Je"-ul din franceză. Singurul care conjugă verbele, care actează, cunoscătorul, martorul etc...
Pe acesta, orientalii îl consideră impersonal pentru că nu este ceva cuantificabil, deci nu este ceva. Paradoxal, spun că nu este personal, ci impersonal, dar nu spun că acesta, de exemplu "Eu sunt" este "Cineva".
Este maximum ce poate prelucra și verbaliza mintea despre "Cineva" – nefiind ceva (aceasta sau ailaltă, cât sau cum sau unde sau când) este nimic ("nothing" – "niciun ceva", care să se afle în spațiu și timp și să poată fi înregistrat de memorie). Deci Cinevaul nu poate fi înregistrat de memorie. Nu-mi aduc aminte că eu sunt, ci eu sunt cel care eventual nu-mi aduc aminte că sunt eu în timp sau netimp ce sunt...

Deci avem de-a face pe de o parte cu o confuzie de termeni și, pe de alta, cu evitarea termenului de "Cineva" care este denumit indirect și prin negație nimic (niciun ceva) sau impersonal (nicio persoană – niciun corp, minte, simțire privată, separată de-o alta, de întreg). Acesta din urmă este considerat "Eu Sunt" care este impersonal în termenii arătați mai sus, pentru că mintea nu poate

reprezenta unicitatea unui "niciun ceva" a nimicului, a Cinevaului, decât ca uni-versal (Unul în multiplicitatea formelor – brahmanism, hinduism, budism). Nu mai mulți. De ce? Pentru că mintea operează cu separări, cu deosebiri de formă și conținut, de timp și localizare spațială, de modalitate (mișcare, dinamică) de a fi în timp și spațiu. Fără separare nu pricepe individualitatea, unicul. I se pare un paradox: unic și universal în același timp.

Pentru minte Cinevaul este o taină de necuprins.
E firesc să fie așa pentru că mintea este un simplu instrument pentru cineva. O șurubelniță nu poate cunoaște utilizatorul, omul...
Cinevaul, însă, este cel ce utilizează, adică este "Eu", "I", "Je" care conjugă verbele, care actează...
Asta este ceea ce aduce nou dogma creștină în istoria înțelesului de persoană. O dezrobește de "ceva"...

Dar este un lucru tare greu de înțeles și de Occident (care rămâne cramponat în ideologia persoanei corporale), dar și de Orient (care are o predilecție către o conștiință colectivă)...
De aceea, oamenii de știință cu deschideri spirituale sunt orientați mai degrabă spre Orient, tocmai pentru că merg pe calea gândirii, chiar dacă dezideratul este de a nu te identifica cu mintea. El rămâne un deziderat...
Cea mai înaltă știință formulată de mintea umană (mecanica cuantică) a ajuns la nivelul postulării conștiinței universale...
Acest impas nu poate fi depășit dacă nu se reflectează și meditează îndeajuns la acest tainic "Cineva"...
Mai simplu spus, în termenii tradiționali de spirit (Eu, sursă – ceea ce în dogma creștină este denumit ca persoană, de regulă cea dumnezeiască), suflet (estență, corp de lumină, energie mai mult sau mai puțin subtilă, depozitare de memorie, penetrat de conștiință etc.) și trup

(corp fizic cu instincte, minte și emoții), există tendința de a recunoaște individualitatea doar la nivelul trupului și al sufletului. Nu la nivelul spiritului. Spiritul este doar unul. Fie că e numit marele spirit, divinul (sau scânteia divină) din toți sau, mai tehnic, sursa.

Cineva e nimic pentru că nu e ceva, dar nu e nimeni pentru că nu e ceva.
Numai cineva iubește.
Când cineva iubește ceva, iubește pe nimeni. Când cineva iubește pe cineva, nu iubește ceva (pe nimeni), ci nimic (niciun ceva).
Doar cineva poate iubi, nu ceva.
Ceva nu determină niciodată iubirea. Poate atracție în sensul de a fi posedat, avut. Numai ceva poate fi avut (cel puțin senzația sau iluzia de a fi avut).
Cineva nu poate fi avut. Doar iubit.
De asemenea, doar cineva poate iubi. Nu ceva. Ceva poate fi doar atras. Ceva e doar la diateza pasivă.

1. Eu nu sunt nimeni (ceva), ci nimic (cineva – niciun ceva).
2. Eu nu pot iubi pe nimeni (ceva), doar doresc să-l posed, să-l am, să-l dețin.
3. Ego-ul este ceva (mine, "me", "moi"), nu cineva. Deci el supraviețuiește doar prin a poseda și/sau a fi posedat. El e determinat de instincte de perpetuare (ideea de nemurire în ceva) și de supraviețuire ori dăinuire a cevaului, a ce poate să aibă (calități, proprietăți etc.).

Deci egoul nu poate iubi.
Deci iubirea nu poate fi ego-istă.
Iubirea este eu-istă sau cineva-istă.
Iubirea nu există ca substantiv, ci ca verb – iubesc.
Cine?

Eu (I, Je) – nimicul, Cinevaul. Cel ce îl poate conjuga, acta. Este rezultatul ființial al conjugării verbului fundamental Cred (știu, cunosc) că sunt...

Formalizat ar arăta cam așa:
Nimeni=ceva=totul
Nimic=cineva
Cineva -> iubește
Ceva -/-> iubește
Dacă Cineva iubește -> Ceva => iubește pe Nimeni (iluzia)
Dacă Cineva iubește -> Cineva => iubește Nimicul (adevărul)

În gândirea comună, "cineva" este definit prin ceva – ființă, regn, specie, atribute gen achiziții de cunoștințe sau abilități, statut social, profesional etc. Dar "cineva" este o categorie gramaticală care indică pe "Eu sunt", unicitatea lui "Eu sunt", total-altul. Total alt-felul este o năzuință de a fi unic prin ceva, prin felul de a face sau a avea ceva (special sau mai mult).
Cineva fiește ca/în "Eu sunt", fiind "Eu", dar dacă vrea, poate trăi ceva. A trăi ceva implică risc. Riscul este de a încerca să posezi ce trăiești și/sau să te identifici cu ce trăiești, devenind astfel ceva. Nu devii ontologic ceva, dar identificându-te cu CE trăiești, cu ceva, cazi în ceva. Dar ceva este nimeni, așa că întotdeauna vei trăi cu frica de a fi nimeni și vei tânji mereu să fii cineva, dar, identificându-te cu ceva, nu vezi altă opțiune decât a acumula cât mai multe ceva-uri, chiar totul – toate avuțiile, toată cunoașterea, toate abilitățile, toate meritele... TOTUL. Vei tânji mereu după perfecțiune, pentru că numai ea îți poate aduce anularea sentimentului profund de insuficiență. Sentimentul, însă, va dăinui, atâta timp cât te identifici cu ceva, chiar dacă ai achiziționa, prin reducere la absurd, Totul. A trăi ceva, este întotdeauna un risc. A trăi, este cu

risc. Riscul constă în a te crampona de ceea ce trăiești, să nu îi mai dai drumul și astfel de a nu mai trăi dar nici de a fi-i, precum și de a te identifica cu ceva, devenind ceva – nimeni.
Cineva, deci, fiește ca/în "Eu sunt" și alege să trăiască ceva. Riscul de a "deveni" ceva există doar dacă se identifică cu ceva, cu ce trăiește. Asta se poate întâmpla doar dacă iese din "Eu sunt" sau dacă nu revine în "Eu sunt" de câte ori se desprinde (pierde) de ceea ce trăiește. Dacă lasă să treacă, să se ducă ceea ce trăiește (trăiește durerea pierderii), atunci nu se pierde de/din "Eu sunt". Este necesară această reamintire constantă de "Eu sunt" ca centru, ca singularitate a "Cine sunt Eu" pentru a nu mă pierde în ec-sistențialitate, pe suprafața ființială a actelor mele de trăire.
Pentru asta este necesar să mențin pulsul, prinderea și desprinderea de trăire, premanenta revenire în "Eu sunt" și permanenta deschidere către trăire.

23. Despre frică

Frica de a-ți pierde mințile poate fi determinată de frica de a te arunca în gol (de la înălțime mică sau mare).
Adică, fie impulsul, fie imaginea chiar dacă de intensitate mică (așa, ca o fulgerare) că te arunci.
Dacă este pe munte, că te arunci în prăpastie. Dacă este în stația de tramvai, metrou sau în gară, că te arunci în fața tramvaiului, metroului, trenului. Dacă este pe balcon... s.a.m.d.

Această tendință, apare de multe ori în atacul de panică.
Apare în special la cei care au fost abuzați într-un fel – fie viol (sexual), violență (bătuți), fie că dintr-un motiv sau altul au făcut întotdeauna ce au vrut ceilalți (părinții, tutori etc.), au fost executanți ai deciziilor altora în ce privește

propria viață (deci, corpul lor a executat decizii ale unor voințe străine).
Uneori, la mame tinere, apare frica că pot face rău propriilor copii, mai ales când aceștia sunt până în 4-5 ani. Că îi otrăvesc sau că bagă cuțitul în ei când le pregătesc și le dau să mănânce...
Așa apare lipsa de încredere că propria voință poate controla propriul corp sau că acesta se supune voinței proprii sau că nu doar propriei voințe.
E ideea că "nu știu ce m-a apucat..."
Faptul că te apucă ceva, un impuls, care te face să faci ce nu vrei. Deci, scapă controlului voinței conștiente...
Cam astea ar fi posibile cauze ale fricii de "pierdere a minților".
Asta poate să fie și sursa agresivității.
Adică, își apără independența.
Se împotrivesc la orice sfat, opinie diferită, reguli etc. etc.
Pentru că acestea îi pot influența subliminal sau conștient să facă ce nu vor, pentru că au credința bazată pe experiență că acestea au putere asupra lor, că îi pot determina...
Au impresia că un simplu îndemn al cuiva poate avea o putere asupra lor mai mare decât propria voință.

Frica te ține să nu fii tu...
Frica este nevoia de siguranță.
Ideea de siguranță se bazează pe credința în existența pericolelor.
Iar, frica apare ca salvatoare de pericole. Cea care te ține în siguranță față de pericole.
Deci, siguranța te ține să nu fii tu.
Ai de ales între a fi tu, expus la ceea ce percepi ca pericole, și a nu fi... tu, dar în siguranță.

O primă întrebare ar fi, ce percep/interpretez ca pericole?

Adică, frica, siguranța mă apără de totul...
Cu alte cuvinte, sunt ori eu ori totul...
Dar inevitabil, eu sunt în lume... în totul...
Deci, eu nu mă las să fiu în lume eu însumi/însămi...
Între eu și lume, eu văd o separare extremă. Lumea e periculoasă, mă amenință...

A nu fi eu, mă apără de lume...
A fi eu, mă expune lumii... să mă... ce?
Ce poate să-mi facă lumea?
Ce poate să-mi ia?
Orice, cu ce mă poate amenința?
Rău...

Ce înseamnă asta?
Ce e rău pentru mine?
Dacă mă expun lumii, sunt eu însumi/însămi. Ce pot să pierd?
Dacă nu mă expun lumii, sunt în siguranță. Nu mai sunt eu. Ce mai pot pierde? Ce mai poate să-mi ia lumea?
Nimic?

Important e să nu mai fiu eu și sunt în siguranță. Nu mă mai poate amenința lumea...
Este singurul lucru pe care pot să-l controlez. Să nu fiu eu însumi/însămi sau chiar să nu fiu deloc. Asta e în controlul nostru. Singurul lucru...
Singura noastră putere...
Dar... la urma urmei ce poate să-mi facă lumea? În ce constă răul pe care mi-l poate face?

"Amintiţi-vă, orice lucru căruia îi daţi o atenţie specială tinde să crească şi să se amplifice de la sine în viaţa voastra. Atenţia este cheia vieţii." (J. Murphy)

"De ceea ce mă tem, aceea mi se întâmplă şi de ceea ce mi-e frică tocmai de aceea am parte" (Iov 3:25)

Deci, dacă dai atenție specială unui lucru îl amplifici. Atenția e iubire, deci este hrană. Dacă hrănesc cu atenție ceva, el se întărește, crește.

Nu contează intenția în acest caz...
Dacă eu aloc atenție unui lucru pentru că nu îl vreau, ghici ce? Va crește, se va întări... Dacă acel lucru nu există încă, va exista, pentru că îl aduc la viață prin atenția mea...
Nu contează dacă sunt atent cu intenția de a mă apăra, de a mă împotrivi... atenția îl va materializa...
Pentru că acolo unde este atenția mea, acolo este și credința mea. Sunt atent doar la ceea ce cred că este (posibil, probabil, cert...)

Atenția înseamnă credință...
Intenția înseamnă dorință...
Acordăm prea multă atenție la ce nu vrem și prea puțină la ce vrem...
Presupunând că știm ce vrem...
Presupunând că vrem, că ceea ce vrem mai are loc pe lângă ceea ce nu vrem...
Dacă hrănim doar buruienile "nu vreau", ceea ce vrem rămâne flămând și sufocat...

"Atenție la adevărul fricii, căci frica consumă, frica transformă, frica creează,
iar creațiile fricii adevărate sunt mult mai mari decât creațiile iubirii false,
căci acolo se află credințele voastre;
deci, credeți în iubire şi nu aveți frică, căci iubirea nu este cădere, ci înălțare". (Evanghelia Desăvârșirii, 16. Yeshua își încheie învățăturile de pe munte pentru mulțime)

Atitudini de eliberare în vederea unei trăiri libere de frică și certitudine:

1. Permite altora să fie cine sunt – nu mai încerca să-i schimbi/dă-le voie să fie așa cum sunt (poți doar să încerci să-i cunoști, să-i înțelegi, să fii cu ei);

2. Permite-ți să fii cine ești – nu mai încerca să te schimbi, dă-ți voie să fii așa cum ești (poți doar să încerci să te cunoști, să te înțelegi, să fii cu tine);

3. Nu forța situațiile – nu mai încerca să impui, nu mai face efortul de a constrânge să fie într-un fel pe care îl consideri bine sau "mai bine";

4. Soluțiile vor veni – nu te mai grăbi, nu mai forța un rezultat anume (tu nu știi toate aspectele unei probleme, dar dacă nu te grăbești unele lucruri se vor decanta, iar altele vor ieși la suprafață în timp);

5. Incertitudinea este realitate – nu mai încerca să obții certitudini, este imposibil (este imposibil să știm absolut tot, deci orice certitudine am avea este ori iluzie ori credință – iar credința nu este certitudine, ci încredere în necunoscut, este inversul certitudinii)

6. Îmbrățișează/acceptă – nu te mai împotrivi (dacă te împotrivești la ceva, paradoxal, te apropii de acel ceva și el se va întâmpla/produce și mai mult)

A adopta aceste atitudini nu presupune niciun efort, dar simțindu-te eliberat de efort te vei simți în putere... să accepți...
Necesită doar acordul tău. Să fii de acord. E foarte ușor să nu faci ceva. Nu presupune decât neputință – doar să lași, să fii de acord.

24. Despre iubire și dragoste

Indiferent dacă știu sau nu că mă iubește cineva sau că nu mă iubește, realitatea este aceeași.
Adică faptul de a fi iubit se produce oricum. De asemenea, faptul de a nu fi iubit nu se produce oricum.
La fel și la mine. Dacă eu îl iubesc pe cutărică se petrece și dacă nu știu, așa cum inima bate, plămânii respiră și fără ca eu să știu dacă acest lucru se petrece.

Dacă știu că mă iubește cutărică, ce?
Stau liniștit?
Dacă știu, simt că sunt iubit și dacă nu știu nu simt?
Simțirea mea este dependentă de ce știu?

La fel, dacă eu știu că îl iubesc pe cutărică, atunci voi da drumul la robinetul de iubire, altfel nu?
Cu ce mă ajută știutul?
Și pe ce se bazează știutul în cazul ăsta?

Cum îmi dau seama că cineva mă iubește sau că eu iubesc?
După fapte palpabile sau după ce simt?
La mine este mai ușor. "Văd" ce simt.
Simt că îl iubesc pe cutărică?
Sau mă iau după ce fac?

Aaaa, dacă fac asta înseamnă că îl iubesc, altfel nu aș face-o... Păi, pot să fac același lucru și din alte motive. De exemplu, din datorie sau din datoria de a-l iubi...
La fel și din partea celuilalt. La celălalt e un pic mai complicat. Nu prea pot simți ce simte. Văd doar ce face și cum face. Nu ce simte.
Dar pot să văd cu câtă bucurie face un lucru pentru mine. Cu câtă răbdare sau nerăbdare.

Dacă cineva nu are răbdare cu mine, indiferent de ce îmi spune și ce face nu prea îmi vine să cred că mă iubește. Mai degrabă cred că este din obligație morală sau de alt fel, dar obligat o face. Iubirea vine cu răbdare. Ea este răbdare, răbdare, răbdare...
Iată că am un indicator clar și pentru celălalt...
Este adevărat că nerăbdarea poate să aibă și alte cauze, precum oboseala, stresul și grijile legate de supraviețuire etc. etc...

Dacă mă uit la celălalt și îl văd și îl înțeleg pentru că îmi pasă de el, atunci o să observ asta și nu o să sar direct la concluzia că nu mă iubește că nu-mi face nu știu ce mie la un moment dat.
Îl văd pe celălalt cu problemele lui, nu doar cer de la el și atenție și... tot.
O dovadă că nu-l iubesc ar fi această așteptare, cerință din urmă.

Nu prea există dovezi că iubesc... oricum nu atât de clare ca simțirea proprie. Pentru că ce fac din iubire este posibil să fac și din frică. Așa cum pot să fac sex din dorința de satisfacere dar și din iubire...
Aceleași acțiuni se fac și într-un viol și în dragoste normală sau pasională.
Nu prea putem discrimina după acte.

Deci:
Nu prea putem ști decât ce gândim și ce facem. Dar motivele din spatele unui gând sau act pot fi foarte diferite – iubire, frică...
Dacă știu că cineva nu mă iubește, ce fac?
Mă fac iubibil? Cum?
Dacă știu că eu nu iubesc pe cineva, ce/cum fac să-l iubesc? Mă screm? Îmi dau palme? Sau îmi provoc o mică vinovăție ca pedeapsă? Iată că am făcut ceva...

Dacă a fi iubit și a iubi nu ține de mine, cu ce mă ajută să știu?
De obicei știutul e bun la modul operativ. Să știu despre ce este vorba pentru a ști ce/cum să fac. În situații concrete, empirice. Să știu care sunt subiectele la examenul x pentru a ști ce să învăț, să știu că apa e umedă, deci dacă vreau să nu mă ud, atunci trebuie să nu intru în apă...

Dar toate astea sunt știute de mine...
Problema este că nu vreau să mă uit până la capăt la această "crudă" realitate. Nu vreau să renunț la speranța că pot să controlez asta. Să determin a iubi și a fi iubit...
Mai ales a fi iubit...
Oare de ce vreau atât de mult să fiu iubit mai mult decât să iubesc?
Când sunt iubit, MĂ simt iubit?
Oare?
Sau sunt liniștit în urma "dovezilor"?
Mă liniștesc pentru că nu mai trebuie să fac nimic pentru a mă face iubit? Nu mă mai strădui?
Pentru că asta îmi garantează mie supraviețuirea – a fi iubit de oamenii (părinți, copii, soț, iubit, prieten...) fără de care cred că nu aș supraviețui?

Ideea este că nu putem face nimic special pentru a iubi sau pentru a fi iubiți.
Și atunci, ce facem?
Păi, de exemplu ce vrem, ce ne place?
Ce credem că obținem dacă alegem să ne învinovățim, să ne încordăm, să cerem, să revendicăm, să ne "îmbunătățim", să urâm, să ne simțim nedreptățiți?...

Nu ține de noi să iubim, să producem iubire. Ea este sau nu este. O simțim sau nu.

Asta e valabil pentru toți. Deci, și pentru cel pe care eu îl iubesc. Dacă el mă iubește nu este pentru că eu îl iubesc. Dacă eu nu îl iubesc, el mă iubește oricum. Așa cum eu îl iubesc chiar dacă el nu mă iubește.
Iubirea este necondiționată sau nu e deloc.
Este liberă și nu condiționează. De asemenea ea nici nu determină iubire.

Dacă eu te iubesc, acest lucru nu determină în tine iubire față de mine. Eventual recunoștință... iar, uneori, milă sau chiar dispreț și/sau repulsie...
Deci, iubirea nu poate fi o răsplată externă. Adică, dacă tu mă iubești nu apare dinspre mine către tine o iubire ca o consecință a faptului că tu mă iubești. Iubirea nu este monedă de schimb. Ea nu e mijloc cu care cumpăr...
Dacă o folosesc ca monedă, ca mijloc, își pierde esența. Nu mai este iubire. Și ceea ce cred eu că simt pentru celălalt este fals.

Dacă eu spun că iubesc și aștept răsplată (reciprocitate), atunci nu este iubire.
Dacă nu aștept răsplată, atunci se cheamă că simt iubire și că această simțire a iubirii este ea însăși răsplată.
Adică iubirea mea pentru tine este ea însăși răsplată pentru iubirea mea pentru tine.
Și nu ce simți tu pentru mine.
Ce simți tu pentru mine poate trezi în mine recunoștință, bucurie, mirare...

Dragostea este căldură, intimitate maximă... Ea este vulnerabilitate maximă. Ea este mielul dus la tăiere. Se dă, se predă de bună voie... se dăruie.
Asta este puterea absolută...

Dar oamenii au făcut din asta slăbiciunea absolută...

Au considerat-o supunere. Și acest lucru îi excită nespus... când cineva se supune sau li se supune... este maxima atracție erotică.

E o inversiune. Cel care supune este considerat puternic, cel dăruitor este considerat supus, slab, victimă...
Mai mult, s-a ajuns la perversiunea de a se considera supunerea și victimizarea, rănirea ca dăruire, ca dragoste. În felul acesta s-a ajuns la idolatria sacrificiului – idolul de lut al Dragostei...

Dar în spatele victimelor, răniților, sacrificaților... nu stă un dăruitor, ci un supunător atroce. El supune în numele idolului sacrificiului dragostei. El nu dăruie nimic, el doar renunță.
La ce renunță?
La a supune.
Ăsta e sacrificiul său. Cedează "dreptul" de a supune. Se simte rănit. Nu dăruie nimic. E doar pierzător. E victimă...
Așa ajunge idol, în fața căruia ajung să se închine "puternicii" în vinovăția lor, dar mai mult, cu toții vor fi supuși de milă...
Prin milă, această nevinovăție a victimei, se ucide suflul libertății unei persoane.

Marea pervertire, a dăruirii Dragostei în sacrificiul renunțării, conduce la robia milei vinovate.
Din această robie mulți încearcă să iasă prin suferință, sacrificiu, vinovăție și milă, dar este cu neputință să te eliberezi prin ceea ce te ține de fapt captiv. În plus, prin toate acestea, nu se dăruiește nimic, doar se renunță, doar se pierde ceva...
Eliberarea poate fi doar prin dăruire.
Dăruirea nu dă. Când se dă, se dă ce se are... Dar ce se are cu adevărat ca să se poată da?
Nimic... Pe mine...

Când renunț, mă retrag, mă îndepărtez. Sacrificiul creează depărtare...
Când mă predau, mă apropii... Mă dărui. Sunt acolo, aproape... cald...
Nu supun. Eliberez...

Când renunți, rănit fiind, te îndepărtezi. Creezi distanță, răceală...
Când te predai, te îndrepți către, te apropii, te dărui. Premisă pentru căldură – Dragoste.
Dragostea nu este lipsa de a face ceva, eventual rău, ci apropierea în pofida tuturor riscurilor...

"Sunt aproape, așa cum sunt, nu cum vrei... și chiar dacă tu ești cum nu vreau..." este expresia eliberării complete.

"Oamenii se îmbolnăvesc când nu simt că sunt iubiți, dar se vindecă, nu când sunt iubiți, ci când simt că iubesc..." (Minamin)

Când simți că iubești, nu simți că urăști, că ești supărat, că ești trist...

Textul de mai sus nu spune pe cine (să) iubești...
Spune să iubești și să nu mai aștepți iubire, să fii iubit, să primești...
Cumva să dai/dărui, nu să aștepți să ți se dea, să primești.
Când aștepți asta, aștepți tocmai pentru că simți că îți lipsește, că nu ai, de aceea o ceri, o aștepți, simți o lipsă, un gol, o sărăcire... ceea ce conduce la boală... de orice fel.

Când iubești simți un plin, bogăție, tu ești cel/cea care dă/dăruie altora... Nu mai ai nevoie să îți dai nici ție pentru că deja ai în tine iubire...

Când consideri că trebuie să te iubești, se creează o dihotomie între tu și tine. De asemenea, consideri că ai nevoie de iubire, să primești iubire de la tine, ceea ce conduce la ideea, resimțirea de lipsă de iubire în tine. Se creează astfel un cerc vicios. Dacă trebuie să mă iubesc, înseamnă că nu am iubire în mine. Deci, de unde îmi dau eu iubire?
Dacă iubesc, dacă dau/dăruiesc iubire (nu contează cui) înseamnă că am... deci nu mai trebuie să îmi dau mie, că eu sunt plin...
Când ai nevoie de dovezi pentru a te simți iubit ești condiționat/dependent de aceste dovezi să ți se arate/să îți arăți că ești iubit/că te iubește. Atunci "dovada" de iubire față de tine "te face" să te simți iubit. Ești condiționat de dovadă, de fapte, de exterior...

La anumite persoane simțirea este o rezultantă, un efect al unei fapte, comportament etc... Fără acestea ea nu apare, nu există...
Ele resimt ceva la ceva sau față de ceva...
Nu simt pur și simplu...
Cumva, dintr-un motiv anume, cel mai probabil sub sau inconștient și-au blocat această Simțire în sine, cel mai adesea în urma unei/unor traume din trecut resimțite la momentul producerii extrem de dureroase, nimicitoare...
În consecință ei (re)simt doar ca efect la ce se întâmplă în exterior, la fapte, chiar dacă acestea sunt propriile fapte (sau lipsa lor...), eventual față de ei înșiși...

Ei au de reflectat la asta...
Pentru că pare a fi rădăcina tuturor "bubelor" lor...
Cumva, ei nu își lasă simțirea liberă. Și-au blocat-o.
Le e frică de ea?
Le e frică de ce ar putea simți?
Că ce ar putea simți ar fi incorect, injust, nedrept, irațional etc...?

Blocând simțirea liberă, simțirea primară, ce apără ei în acest fel?
Vor simți doar ce trebuie, doar ce este bine de simțit?
În felul ăsta vor fi mai buni? Mai puțin monstruoși?
Dacă fac bine, vor simți deci bine și astfel vor fi buni?
Astfel vor merita să fie iubiți? Să existe? Să...?

Astea ar fi câteva întrebări la care să reflecteze.
E bine să-și pună aceste întrebări lor înșiși/înseși și nu trebuie să-și răspundă neapărat la ele.
Să stea un pic fără răspunsuri și doar să se întrebe...
Să observe ce simt...
Ce provoacă aceste întrebări în ei?

Este bine să stea cât mai mult cu întrebările. Graba spre răspuns este doar nevoia de știut și dependența de senzația de control...
Contează mai mult a sta cu întrebările și a vedea ce simțire apare când se stă în întrebare... Astfel accesul la propria simțire, trăire, viață este mai mare. Altfel, se rămâne în cogniție, se omoară trăirea printr-un răspuns cognitiv, rațional... printr-un știut.

Când iubești, nu ai nevoie de dovezi de la nimeni, nici măcar de la tine. Ești liber, pentru că tu ești cel care iubești, din care izvorăște iubirea. Tu simți asta. Nu ai nevoie de dovezi factuale pentru a simți asta...

Iubirea e bună pentru că nu-i pasă de bunătate...
Ideea este că iubirii nu-i pasă de bunătatea celui spre care se îndreaptă. Dacă i-ar păsa, n-ar mai fi iubire, ar fi apreciere, recunoștință condiționată de bunătatea celui spre care se îndreaptă.
Iubirea nu este bună în sensul că e bună de avut, că e o virtute morală, civică etc...

Iubirea nu este nici bună, nici rea pentru că ea însăși se situează în afara dihotomiei bine-rău. Nu te condiționează, te lasă liber, te acceptă așa cum ești.
Atunci când spui bun sau rău, deja judeci. Iubirea nu judecă. Deci când spui că iubirea e bună spui că altceva nu e bun, sau e rău.
În felul ăsta nu mai ești în iubire, ci în afara ei.
Iubirea nu spune că iubirea e bună pentru că ar face o judecată...
Doar dacă te situezi în afara iubirii, spui că iubirea e bună. Dar în felul acesta o obiectivezi, ca ceva bun de avut, îți dorești să o ai, fie ca pe o virtute, ca un atribut al tău, să fii un om iubitor, fie să o primești de la cineva ca pe o "bunătate" de simțire sau semnificație care să hrănească propria valoare...
Apare astfel dorința obsesională de a o poseda, fie într-un sens, fie în celălalt, fie în ambele.
Această cale este una a judecății... a ce este bine de avut, făcut, gândit, simțit... Această cale nu conduce la iubire, tocmai din cauza dorinței de a avea iubire, devenind astfel o cale a disperării...

"Când fugim de cineva devenim ca acela. Necesită să ne întoarcem și să ne confruntăm cu fantomele care ne bântuie, pândindu-ne din întunericul nostru.
Uneori, cel mai tare ne e frică că ne e dor de cel pe care-l urâm, mai mult, că o să realizăm că de fapt îl iubim." (Minamin)

Paradoxurile emoționale pot fi debusolante. Nu e nimic logic și coerent ca în gândire. De multe ori frica și vinovăția provin din "infidelitatea" față de unele emoții.
Ciudat este că ne simțim mai vinovați de infidelitatea față de emoțiile negative. Vrem să fim fideli urii noastre. Nu vrem s-o trădăm prin iubire. Ne e frică mai mult să iubim ce/pe cine urâm decât să urâm ce/pe cine iubim. A doua

variantă pare mai "naturală". Foarte probabil datorită faptului că ura, ca orice emoție/sentiment/simțire negativă, găsește întotdeauna o legitimitate într-un motiv, o justificare rațională, coerentă. Iubirea, niciodată – ea e întotdeauna ilegitimă.

Iubirea și moartea...

Eros și Thanatos au fost mereu împreună...
Psihic, Thanatos apare în orgasm ca pierdere de sine (la petite mort), iar biologic moartea celulară a apărut atunci când celulele au început să se reproducă sexuat.
Anxiosul nu trăiește pentru că are grijă să nu moară etc... exemplele pot fi multe.

Cumva, cine nu acceptă pierderea, despărțirea, eventual moartea nu-și permite să iubească, să trăiască să se bucure de ce este, de faptul că este, de orice îi stă în față...
Spiritual (creștin), frica de moarte este necredință. Pentru că a îi urma lui Hristos înseamnă a primi moartea întru înviere, întru bucuria vieții veșnice...
În budism atașamentul de viață sau de lucrurile din viață creează suferință, asta nu este iubire sau compasiune...
"A îți da viața pentru cel pe care îl iubești..." – dăruirea...
Anxiosul care are tot timpul grijă să nu moară sau să nu piardă ce consideră el important pentru el, nici nu se bucură de viața pe care nu vrea să o piardă, nici de ce nu vrea să piardă în general. Nu trăiește, deci nu e nici mort, dar nici viu – e nemort... Nu poate iubi, nu are curaj să iubească...

Deci, se pare că iubirea și moartea chiar merg împreună...

"Cel care primește 'oferă' mai mult decât cel care 'dăruie'."
(Minamin)

Iubirea nu cântărește și nu măsoară...
Dacă ar face asta nu ar mai fi iubire...
Iubirea nu e mai mult, nu dă mai mult...
Ea e de fapt primitoare, pentru că îngăduie tot, rabdă tot, acceptă...

Cu alte cuvinte, iubirea nu este comerț. Nu e un calcul de genul, dacă dau mai mult decât primesc înseamnă că sunt mai iubitor. Dacă nu primesc deloc și dau puțin înseamnă că sunt mai iubitor decât cel care dă cât primește?
Asta nu e iubire. Asta e îndatorare. Creare de cont în propria valoare, gonflarea egoului. "Eu te iubesc mai mult...", "eu îți dau mai mult..." – deci eu sunt grozav și nu sunt dator nimănui... Dacă primesc, mă simt dator... să dau și eu – parcă îmi ia libertatea...

Oamenii se simt îndatorați când primesc... Culmea, asta este și educația culturală... să îndatorezi pe celălalt dăruindu-i, dându-i, purtându-te frumos cu el etc. etc... în vederea obținerii de foloase sau garanții, siguranță etc...
Intenția din spatele acestor acte urmărește deci un beneficiu: fie să ne simțim bine în calitate de "iubitori" (conform definiției sociale că iubitorul e cel ce dă), fie pentru a obține beneficii pragmatice – dependențe, avantaje etc...

Cel care nu primește, refuză, respinge... ceva, ceva de la cineva, pe cineva...
Este asta un act de iubire?
Ce dă cel care nu primește? Care nu acceptă?

Îngerii doar ofereau fără să ceară înapoi. Le era suficient bucuria de a iubi ei...
Când au vrut să aibă iubirea pentru ei au pierdut Bucuria...

Așa au ajuns unii dintre ei rătăcitori... rătăciți în căutarea iubirii, în apucarea, posedarea iubirii...

Dar iubirea e liberă și nu poate fi "apucată", " deținută", "captată"...
Ea circulă liberă prin toți și toate...
Rătăcit înseamnă că vrei să ai iubirea, nu să o dai..., iar asta e veșnică suferință...

Când dărui, nu consumi nimic. Iubirea nu este ceva de genul material, ca biscuiții. Cu cât dărui mai mult, cu atât crește mai mult în tine spre dăruire.
Deci, cu cât dărui mai mult, cu atât mai mult ai spre dăruire, cu atât curge mai mult prin tine...

Iubirea este ca viața. Este curgere continuă. Dacă vrei să o captezi, să o deții, o blochezi, o sufoci și moare. Și astfel te secătuiești, mori de sete și de foame... de neviață... și încerci să o sugi de la alții...

Nu poți capta iubirea și viața ca în baterii, în acumulatori. Asta e gândire destul de materialistă, "pragmatică"... Merge când aduni bani și castraveți... dar nu viață și iubire...

Iubirea și viața nu sunt de la noi, doar curg prin noi.
Nu sunt de la noi, deci nu sunt ale noastre... și nu pot fi niciodată ale noastre...
Ține de noi să le lăsăm să curgă prin noi unde vor ele...

Deci, nefiind de la mine și neputând fi ale mele, nici nu pot pierde ceva dăruind...
Doar câștig... câștigul de a simți iubirea și viața curgând prin mine...
Câștig trăire...

25. Diferența dintre dragoste/iubire și păsare, grijă sau "fericire" (dintre trăire și netrăire, dintre viață și neviață sau moarte)

"În dragoste/iubire nu este frică; ci dragostea desăvârșită alungă frica, pentru că frica are cu sine pedeapsa, iar cel ce se teme nu este desăvârșit în dragoste/iubire" (I Ioan 4:18)

„Dragostea este îndelung răbdătoare, este plină de bunătate: dragostea… acoperă totul, crede totul, nădăjduiește totul, suferă totul. Dragostea nu va pieri niciodată." (I Corinteni 13:4, 7-8)

Oamenii sunt în căutarea fericirii…
Adică sunt în căutarea a ce?
Ce este fericirea?

Întrebându-i, oamenii dau diverse răspunsuri, dar toate aceste răspunsuri pot fi rezumate într-unul singur – ei vor să scape, să se elibereze de durere fizică și/sau psihică, de lipsuri fizice și/sau psihice (neîmpliniri), de griji. Deci, definirea fericirii este una negativă, nu este un ceva spre care te îndrepți, ci este ceva de care fugi, te îndepărtezi, vrei să scapi – este văzută ca o eliberare, o libertate de, nu o libertate pentru. Nu este un pentru ce/cine, pentru că fericirea ca atare nu poate fi "pictată". Descrierea ei, pictează doar lucrurile s-au persoanele de care vrei să scapi și astfel drumul către fericirea imposibil de închipuit este lupta, războiul cu acestea. Nu știm ce e, nu știm cum arată, nu știm unde e, dar vrem să o atingem. "Știm" doar că ea e niciunul din aceste lucruri – durere, lipsă, grijă.
Durerea este considerată din categoria patologicului, a bolii, de nedorit, în timp ce grija este considerată din categoria "sănătății", normalității, a virtuții… În ceea ce privește lipsa, aceasta se situează fie într-una, fie în

cealaltă categorie. Ea este mai degrabă văzută ca un mijloc. Lipsa (neîmplinirea) poate să conducă la durere. Dar împlinirea lipsei poate să conducă (speranță) la fericire sau lipsa durerii și/sau grijilor. După cum vedem, fericirea și lipsa durerii și grijilor se defininesc reciproc.
Deci, omul în căutarea fericirii vrea să scape de dureri, lipsuri și griji pentru că toate astea îl împovărează, îl fac să se simtă captiv, rob, neliber. Într-un fel, este firesc acest demers. El pare logic din punct de vedere economic dacă ne uităm la categoria patologică. Durerea poate crea incapacitate de funcționare, să reducă calitatea trăirii, de asemenea, lipsurile pot fi o cauză de incapacitate socială la rândul lor.

Totul pare coerent și logic aici, dar să aruncăm o privire asupra categoriei de sănătate, de normalitate, adică să ne uităm mai atent la griji.
Grija este foarte valorizată social, ea este un semn de "maturitate", de responsabilitate, de păsare – este o virtute.
Ne este foarte greu să ne lepădăm de griji (care ar fi definiția fericirii – eliberarea de povara grijilor), pentru că percepem acest lucru ca lepădându-ne de responsabilitate, de păsare.
Și asta, pentru că am fost învățați că grija, îngrijorarea, deci anxietatea înseamnă păsare, deci dragoste, ni s-au inversat valorile și am definit pe invers atitudini total diferite, precum frica și iubirea. În acest fel, culmea, anxietatea, frica a fost definită ca fiind dragoste, când de fapt este împotriva iubirii, dragostei. Dragostea alungă frica, iar frica gâtuie, sufocă, omoară dragostea.
O suceală, inversare la 180° a valorilor, prin faptul că frica, fiind frică de pierdere a ceva ce nu vreau să pierd – deci valoros pentru mine –, devine păsare de a nu pierde valoarea (deci ceea ce mă atrage și vreau să am – definiția iubirii). Asta înseamnă că țin, îmi doresc, iubesc ce nu

vreau să pierd. În felul ăsta pervers, frica (ca busolă pentru ce consider valoros pentru mine) devine păsare și prin asta se identifică a fi iubire/dragoste…
Astfel, intensitatea grijii (a anxietății) se face indicator al intensității iubirii. În funcție de cât de mult te îngrijorezi pentru cineva, arată cât de mult îl iubești, ții la el. În funcție de cât de mult te îngrijorezi pentru un lucru, arată cât de mult îți pasă de acel lucru.
Îngrijorarea este o concentrare a atenției (hiperatenție, hipervigilență) asupra a ceva şi (concomitent cu) o intensificare a intenției (hiperintenție, hiperîncordare, forțare) de a mă împotrivi la ceva ce nu doresc să pierd. Ceea ce nu vreau să pierd poate fi viața, o ocazie, integritatea corporală sau psihică, un prieten, un copil, un părinte, un job… Față de toate acestea eu îmi direcționez întreaga viață prin atenție și intenție. Astfel ele devin valori prin investirea în ele a fluxului vieții pe care o am. Valoarea supremă, care este fluxul prezent al vieții mele, valorizează ceea ce "atinge", spre ceea ce se îndreaptă. În acest fel ajung să îmi prețuiesc foarte mult investiția. E ca atunci când investești bani mulți (sau alte resurse materiale) într-un proiect. Acesta începe să capete valoare pentru tine, chiar dacă el în sine este un rateu. Îți este greu să renunți, chiar dacă îți dai seama că este un fiasco, o groapă care-ți înghite resursele. Spui că nu poți să renunți așa ușor după cât ai investit. De aceea, ai tendința să investești în continuare. Te-ai atașat și nu vrei să-i dai drumul, nu vrei să abandonezi. Simți că dacă ai face asta, renunți la ceva din tine. Și așa este. Ceva din tine este acolo. Acolo ai pus resurse – atenție (timp), intenție (efort psihic, fizic). Resursele materiale (bani, bunuri) pe care le pot investi într-un proiect material sunt în ultimă instanță tot rezultatul timpului (atenției) și efortului (intenției, energiei psihice și fizice), ale vieții mele. Spunem că am pus suflet aici, că am pierdut timp cu asta.

Deci cu cât punem mai multă viață în ceva, cu atât ne este frică să nu-l pierdem, cu atât ne chinuim să săvârșim, să realizăm acel ceva cu speranța de a ne bucura de el. Dar această speranță de bucurie pălește în fața fricii de imaginea disperării că l-am pierde. Numai asta avem în fața ochilor, groaza de a pierde. Și toată viața noastră se scurge spre a îndepărta, a ține la distanță aceasta posibilă pierdere. Acest fenomen descrie concret grija și, de asemenea, "iubirea" pentru lucrul și/sau persoana pe care nu vreau să le pierd.
În această paradigmă, ce simt când spun că iubesc?
Grijă, încordare, frică, groază…

În altă ordine de idei, nu putem "investi" în cineva. Când sunt cu tine, doar sunt fără a face ceva, fără a intenționa ceva în vederea a ceva, spun că îmi este suficient asta, doar să fii, iar eu sunt doar atent la tine (te văd, te aud) și te simt (în orice fel). Asta este iubire/dragoste.
Când "fac" asta nici nu câștig ceva, nici nu pierd ceva, doar trăiesc ceea ce simt aflându-mă în "fața" ta. Nu resimt că este o păsare, o grijă, o încordare, pentru că nu simt că am ceva ce pot pierde. Dar dacă ies din atenția la tine și mă uit în viitor, apare grija de a nu pierde ce simt acum. În acel moment nu mai simt ce am simțit până acum, pentru că ies din momentul prezent, din concretul acum și mă duc în virtualul "atunci", "când" (în viitor sau trecut) și îmi "investesc" atenția aici cu scopul (intenția) de a nu te pierde pentru că, "dacă" te pierd, pierd ce simt cu tine. Mă "uit la" ce simt cu tine și simt că am ceva. Înainte, priveam, "mă uitam din" ce simt la tine și nu simțeam că am ceva ce pot pierde, ci simțeam că sunt bucuros sau simțeam căldură etc. Deci, când ies din mine, când ies din prezent, mă distanțez de mine, dar și de tine. Atunci simt că mă am și mă pot pierde sau că te am și te pot pierde. În acest moment încep să fac prevenție. Să mă preocup de strategii de a preîntâmpina ceea ce nu

doresc să se întâmple la un moment dat în viitor. Și așa ajung să investesc (atenție și efort/intenție) în viitorul meu, în viitorul relației mele cu tine. Așa ajung să îmi pese, să mă îngrijorez/anxietez. Pot face acest lucru în orice tip de relație – cu viața mea în genere, cu jobul, cu oricine și orice relaționez, interacționez.
Și uite așa, pentru că îmi pasă de relația mea cu tine, de viitorul ei, nu mai sunt cu tine. Ies din asta și mă pre-ocup să fac tot posibilul ca relația noastră să fie sigură, asigurată în viitor, durabilă, să aibă valoare…
Ajung să resimt relația noastră ca valoroasă în funcție de cât efort (intenție) și timp (atenție) i-am dedicat. Dar nu în sensul de a fi (trăi) cu tine, ci de a face cu tine sau a face pentru tine/relația noastră. Când îți spun că fac ceva pentru tine, nu tu ești vizat, ci relația noastră. Dacă fac ceva pentru tine, fac ca relația noastră să meargă, să nu se aleagă praful de ea, să nu o pierd. E un interes aici legat de valorizarea relației, legăturii. De aceea, dacă doar eu investesc în asta (sau într-o măsură mai mare eu – timpul și efortul pot fi cuantificate), atunci o să înregistrez această diferență și mă voi considera nedreptățit, tratat incorect etc. și voi simți în consecință (rușine, vinovăție, ură, suferință, frică, frustrare, furie…). Voi fi nemulțumit de ce simt, de "calitatea" relației noastre, dar nu o voi considera nevaloroasă, dincontră – pentru că mă voi ocupa și mai mult de "problemele" de relație, acordându-le și mai mult timp și energie. Voi sta mereu cu gândul la ele, cu grijă… pentru că îmi pasă atât de mult. Și astfel valoarea relației va crește pentru mine, în aceeași măsură cu percepția defecțiunii ei, problemelor din ea. Pare un paradox, dar nu este. Voi fi și mai atașat de ea, mai în frică să n-o pierd, cu cât mă străduiesc să o repar, cu cât o consider nasoală, defectă.
De ce?
Păi cum să nu acordăm atenție și să nu depunem efort pentru repararea, îndreptarea problemelor?

Nu ne pasă?
Și făcând asta investim viață în relație. Și atunci, cum poți să dai cu piciorul la viața ta, dacă ai pus-o acolo?
Stai și tragi în continuare, poate iese ceva… Dar la un moment dat te epuizezi, nu mai poți, ești sleit și să mai faci și să trăiești. Chiar și atunci nu dai drumul, te ții de acea relație, de acel job infernal… La câtă muncă ai băgat, la cât ai investit… Îți este mai ușor să-ți pui capăt zilelor la propriu decât să renunți. Un om responsabil, păsător nu face așa ceva. El în mod eroic se sinucide decât să renunțe… Sună contradictoriu? Sau trage până cade răpus de boală decât să renunțe. Doar boala, doar incapacitatea dată de aceasta îl mai poate scuti de responsabilitatea care-i stă în cârcă.
Dar cine i-a pus-o acolo?
El însuși, datorită faptului că este un om serios, păsător… Fac toate astea pentru relație, pentru tine…
Efectul, însă, este că voi fi și mai mult absent din prezent, din a fi cu tine acum, voi trăi cât mai puțin cu tine și mă voi îngrijora cât mai mult pentru viitorul relației noastre. Consecințele se pot deduce ușor, chiar se poate face și o ecuație cred…
Dar cum să nu mă îngrijorez? Cum aș putea să stau așa relaxat când se pot întâmpla multe lucruri nedorite, când pot pierde atâtea? Cum să fiu atât de nepăsător? Înseamnă că eu nu țin la lucrurile astea…
A îți păsa se arată prin a avea grijă. Dacă nu ai grijă, înseamnă că nu-ți pasă.
De aceea, eu ies din iubire, din trăirea acum cu tine, pentru că îmi pasă de relația noastră și vreau să mă asigur etc. etc. Pe scurt, abandonez trăitul, iubitul pentru asigurarea trăitului, iubitului în viitor, pentru siguranța acestuia, pentru permanentizarea acestuia – formula anxiosului, care nu trăiește de frică să nu moară…
Păi, ce? Nu-mi pasă de asta? Sunt responsabil de ce va fi. Sunt responsabil pentru cum îmi va fi, cum va fi pentru

noi. Muncesc la asta. Și astfel ies din trăire pentru a munci, pentru a mă îngrijora, a-mi păsa. Nu mai am timp de iubit, trăit.
Sunt un om serios, care nu stă doar să fie, muncesc. E multă valoare pusă în muncă, multă viață, mult timp și efort investite.
"Sa facem și noi ceva pentru noi…", "Tu nu faci nimic pentru relația asta, nu-ți pasă…", "Ce ai făcut tu pentru mine/pentru relația asta ca să…" auzim adesea din gura noastră sau a celuilalt.
Privită tehnic, ecuația e simplă. Iubirea/dragostea = păsare, îngrijorare -> povară. Fericirea = a scăpa de povară, de griji = de dragoste/iubire.
Chiar dacă simt, trăiesc la un moment dat dragoste, iubire fără griji, încordare, deci păsare, mă "trezesc" la un moment dat și mă responsabilizez față de asta și intru în grijă, în păsare, pentru că așa face un om cu scaun la cap, își face griji, întreține ce are bun, nu stă ca putoarea, ca nesimțitul – nu stă degeaba.
Cum să stai așa fără să faci nimic? Fără să faci să fie mai bine sau fără să faci mentenanță la ce e? Ce crezi? Că se face de la sine? Pică din cer? Trebuie să muncești. Nimic nu este pe gratis. Nimeni nu-ți dă degeaba. Trebuie să depui efort. Să te strădui, să reușești.
Sună cunoscut?
Culmea este că sună și logic. Dar nu ontologic. Iar în economia psihică dă cu virgulă, cu minus, cu faliment.
Programe sabotoare pentru a nu ajunge la dragoste/iubire sau, în caz că ajungem, să nu stăm mult acolo, să ne vedem de treabă. Care treabă? Să muncim. Să facem ceva.
Și astfel, fericirea devine a scăpa de păsare, de grijă, de dragoste/iubire, de… tot.

De unde vin toate astea?
Cum de s-a ajuns aici?

Să facem puțină retrospectivă.
"Mă iubești mami?", întreabă copilul.
"Cum să nu, nu vezi cât mă strofoc, cât mă chinui să ai ce-ți trebuie?", răspunde mama.
Mă bucur că ești, mă bucur de tine, simt bucurie când te văd, când sunt cu tine – este evident, nu mai trebuie să pun întrebarea, mă simt văzut, auzit, simțit… Dacă nu văd asta, am un dubiu. Oare mă iubești? Răspunsul e dat prin dovada adusă de grijă, de chin, de sacrificiu, de împovărare – este clar o dovadă de iubire… "uite câte fac eu pentru tine? Normal că te iubesc".
"Arată-mi că mă iubești" cer oamenii când mai cresc. Au învățat că iubirea se arată prin ce faci, în special prin griji, prin sacrificii – fapte, nu vorbe, dovezi palpabile…
Și așa apare un conflict în mine. De când sunt mic încep să înțeleg iubirea ca pe o grijă, ca pe un sacrificiu, ca pe o povară, ca un efort… de care abia aștepți să scapi…
Și ce mult mă bucur când fața mamei se luminează când mă vede, când îi lucesc ochii, când zâmbește și se joacă cu bucurie cu mine. Atunci simt că mama se bucură de mine, cu mine. Atunci chiar simt că (mă) iubește. Dar și văd că atunci când apar grijile (chiar cele legate de mine) apare o umbră pe fața ei. Bucuria este umbrită de grijă și nu mai simt iubire. Știu că își face griji pentru mine, știu că mă iubește, dar nu mai simt. "Își face griji pentru mine…" Și uite așa, mă aleg cu grijile, nu cu bucuria. Așa învățăm la modul cel mai profund că a(-ți) face griji pentru persoana pe care o iubești, la care ții, de care îți pasă înseamnă să iubești.
Dar ce simt când mă îngrijorez, când îmi fac griji?
Simt frică. Frică că pierd ce iubesc. Simt frică, nu iubire, nu bucurie. Îmi pasă prea mult spun, de aceea nu mă pot bucura, nu simt iubire, dragoste, și tânjesc după fericire. Iubirea, dragostea, bucuria se simt fără frică, fără grijă. Dar cum să renunț la grijă? Asta ar arăta că nu-mi pasă,

că nu iubesc. Ori mie chiar îmi pasă de tine, chiar te iubesc. Dar grija "mă omoară"... iar de multe ori vreau să mor ca să scap de ea și să fiu fericit. Parcă mi-a intrat în oase grija asta. De câte ori iubesc, apare. E lipită de dragoste, ca o căpușă. Imediat cum apare dragostea, vine și ea și nu mai pleacă. Dar pleacă dragostea, iar grija devine un uzurpator al regelui de drept.
Cum poate grija să se dea drept regele de drept?
Păi, are documente doveditoare – fapte, sacrificiu, suferință, chin…
Iubirea ce dovezi are? Ce arată?
Bucuria din ochi? Luminarea feței? Lipsa fricii și relaxarea în joacă?
Sună a nepăsare…
În plus, astea sunt prea subtile, nu sparg retina, nu sunt dovezi palpabile.
Așa că dacă nu mă îngrijorez, nu mă consider un iubitor, ci un nepăsător față de tine, pe care simt că te iubesc. Nu este suficient că simt asta, că mă bucur, că îmi e ușor ca respiratul cu tine. Cum să-mi fie ușor? Cum să mă relaxez? Asta-i nepăsare. Mă "simt" vinovat de nepăsare și purced la încordare, la a-mi face griji pentru tine, pentru noi, pentru ceva – arăt că-mi pasă și ies în felul ăsta din vinovăția de nepăsare, de "neiubire"…
Și uite așa mă împovărez cu griji. Viața mea devine o povară. Îmi fac griji din orice, ca un om serios și păsător ce sunt, nu ca nesimțiții de nepăsători care trăiesc o mie de ani. Pe mine mă frământă grijile, mă omoară mai repede. Eu sunt un om inimos, iar ăștia se știe că mor mai repede, de prea multă păsare. Iar dacă nu se întâmplă, pentru că am inima prea puternică, viața mea devine un chin, un iad, din care vreau să scap, fie punându-mi capăt zilelor, fie bând până uit de mine cu tot cu griji, fie prin mijloace mai mult sau mai puțin tradiționale. Se pare că tradiția grijii are o istorie veche, poate la fel de veche ca

și mijloacele prin care se poate scăpa de ea – mijloace către "fericire".

Să privim puțin și la eficiența grijii, pentru că se pune mare accent pe asta.
Auzim de când ne știm, cu o mare frecvență, indicațiile: "Vezi, ai grijă să nu cazi/să nu te lovești!", "Vezi, ai grijă să nu uiți să încui ușa!" etc.
Suntem îndemnați să "vedem", altfel s-ar putea să nu o facem în mod natural.
Se pleacă, astfel, de la presupunerea că, fără ajutorul grijii, în mod natural o să cădem și o să uităm, eventual și să respirăm.
Adică omul în mod natural uită cum să meargă sau uită ce este natural să facă fără grijă. Grija este o cârjă indispensabilă omului. Fără ea, el este handicapat, amnezic.
Dacă nu stai cu gândul permanent la ce urmează să faci, clar că uiţi…
Sau dacă nu ești permanent atent să nu cazi, te vei prăvăli cu totul în momentul în care dispare grija…
Observăm, însă, în cazurile de intensă grijă, în cele patologice, că grija nu este doar ineficientă, ci dăunătoare. Cei care verifică de o sută de ori ușa, o uită neîncuiată, iar cei care stau cu grija să nu cadă, cad și cei care au grijă să nu se lovească la bubă, chiar acolo nimeresc. Parcă se întâmplă într-adins, să se calomnieze astfel valoarea de netăgăduit a eficienței preventive a grijii.

Aici este necesară o diferențiere între grijă și îngrijire.
Îngrijirea este în prezent, în aici și acum. Acum îngrijesc floarea. Adică fac ceva concret, o ud, o sap, o mângâi etc. Așa și cu copilul, îl spăl, îl mângâi, îi dau să mănânce, mă joc cu el etc. A îngriji înseamnă a face ceva efectiv, concret la momentul prezent. A te îngrijora, a sta cu grija

de a îngriji floarea sau să nu uiți să îngrijești floarea este altceva. Este o proiecție în viitor. Este o permanentă amintire să nu uit să fac asta. Cumva, pornește de la o neîncredere fundamentală în memoria mea, desigur indusă din vechime de ceilalți care nu aveau încredere în "ținerea mea de minte". Și uite așa, eu acum trebuie să-mi repet continuu să nu uit cutare lucru până îl fac. Dacă trebuie să ud floarea peste patru ore, eu până atunci nu mai fac nimic altceva care să necesite atenție, pentru că trebuie să fiu atent să-mi reamintesc mereu să nu uit să ud floarea. Vorba aia, repetiția, "toceala" este o practică bună de memorare, dar trebuie repetat mult până intră, eventual până fac lucrul respectiv. Dacă cu cinci minute înainte de a face, nu mai repet, s-ar putea să uit. Și chiar se întâmplă așa, datorită epuizării. Vedem acest fenomen și la cei care învață la un examen și repetă până când intră în sala de examen. Odată intrați în examen, uită tot. Este o neîncredere în capacitatea de amintire în momentul în care este solicitată de situația concretă.

Nu s-a avut încredere în noi. Ceilalți (părinți, adulți) nu ne-au crezut capabili și astfel ne-au dat grija s-o avem cu noi când ei nu sunt cu noi ("Amintește-i să aibă grijă să nu uite…"). Și așa noi ne-am bazat pe grijă și nu am mai făcut nimic. Oricum ne consumă toată energia, de unde să mai avem și pentru a face ceva, pentru a (ne) îngriji efectiv?

În Povestea "Prostia omenească", Ion Creangă descrie grija, îngrijorarea extrem de precis: "Și, cu ochii pironiți în drobul de sare de pe horn [amenințarea, pericolul] și cu mâinile încleștate, de parcă le legase cineva, începură a-l boci [pe copil] amândouă… Atunci ele, viindu-și puțin în sine, începură a-și șterge lacrămile și a-i povesti [omului] cu mare jale despre întâmplarea neîntâmplată."

Aici, nevasta și soacra "bietului om" reprezintă păsarea și îngrijorarea la maxim. Atenția este țintită pe pericol ca pentru a îl ține acolo să nu miște, corpul se încordează ca

pentru a furniza energie concentrării atenției pentru a ține cu privirea amenințarea în control, într-un mod magic.
Îngrijirea, aici, ar însemna să se folosească de mâini, în loc să le încordeze până la înțepenire, și să dea drobul jos de pe horn.
Deci, se pare că utilizarea îngrijorării, tinde să se substituie nu doar iubirii/dragostei, ci și îngrijirii, a face efectiv ceva. Când mă îngrijorez, privesc, îmi îndrept atenția în viitorul imediat, mediu sau îndepărtat. Nu mă uit aici și acum. Dacă am grijă să nu cad, mă uit mai încolo, în depărtare, la ce poate să apară periculos, mă uit în spațiul virtual, căci doar acolo este viitorul. Și în felul ăsta cad în groapa care este aici, aproape. Când se întâmplă asta, nu o iau ca pe o ineficienţă a grijii, ci ca pe o confirmare a necesității ei. Spun că trebuia să am și mai multă grijă. Și uite așa lucrurile escaladează. Cu cât grija îmi va provoca mai mult din astfel de lucruri, cu atât o voi intensifica. Cu cât o voi intensifica, cu atât voi păți mai mult lucrurile de care am grijă să nu se întâmple. Dar nu voi lăsa grija din mână. Nu e ea de vină. Eu sunt defect, prost, incompetent. Ea este cea care mă ține să nu cad mai rău. Ea este majordomul regelui, ea este locțiitorul părinților. Cum să renunț la asta? Ar fi ca o trădare, ca o lezmajestate…
Grija este marele protector, cel fără de care nu am putea supraviețui. Fără grijă, "ne mănâncă câinii…"
Apropo de câini…
Iubitorii de animale, chiar și atunci când se duc (fără nicio grijă) în mijlocul unei haite de câini pentru prima dată, aceștia, chiar dacă nu-i cunosc, se gudură pe lângă ei, iar pe cei cărora le este frică (au grijă să se ferească) de câini, îi latră și-i mușcă.

Îngrijorarea arată o neîncredere totală în aproape orice, în afară de îngrijorarea în sine. Lipsa de îngrijorare este considerată inconștiență, iresponsabilitate. Este gestul

suprem de supraviețuire, apărătorul suprem, mai tare decât oricine, fie acesta și Dumnezeu. De asemenea, este iubitorul suprem – "Nu e normal să nu te îngrijorezi puțin așa. Chiar nu-ți pasă?"

Grija, îngrijorarea este o cârjă pe care o folosim (total inadecvat) și atunci când nu ține nimic de noi.
O folosim atunci când, de exemplu, îmbătrânim, vine ploaia, se face ziuă sau se face noapte, când urmează să vina meteoritul sau cutremurul, când urmează să murim…
În atacul de panică este cel mai relevant. Aici omul simte că pierde total controlul. Că nu mai ține nimic de el. Că urmează să moară negreșit.

Ce face el în această stare, situație?
Se îngrijorează la maxim pentru a face față. Doar atât ține de el. Asta e doar a lui. Nu i-o ia nimeni. Dar, ce să vezi, că îngrijorarea amplifică și mai mult starea, agravează simptomele de panică. Studiile făcute pe cei cu boli cronice cardiovasculare au evidențiat la grupul cu tulburare de panică un risc de mortalitate cu 80% mai mare față de grupul fără această tulburare.
Îngrijorarea, nu doar creează panica, ci o și amplifică atunci când aceasta se instalează la un declanșator oarecare.
"Cum pot să stau liniștit când se întâmplă asta? Este normal să mă îngrijorez, nu stau degeaba…" spun oamenii în astfel de situații. Ideea este că scălămbăiala haotică a gestualității din timpul panicii, care arată în mod evident îngrijorarea maximă, este un act disperat în care se pune toată speranța de scăpare. Cumva, de această îngrijorare mă agăț ca de ultima soluție de a fi în siguranță, de a mă salva. Toți ceilalți, universul, părinții, medicii, medicamentele, Dumnezeu, trec pe locul doi.
Deci îngrijorarea este instrumentul meu pentru a dobândi siguranța. Și nu mă simt în siguranță, decât atunci când

ține de mine, când eu sunt cel care am controlul. E "neprețuitul" meu dar primit de la părinți. E doar al meu. Câtă vreme este cu mine, sper la siguranță. Cum să mă încredințez, cum să mă relaxez, să mă las în altceva care nu sunt eu, altcuiva? Cum să renunț la el? Ar fi ca și cum aș renunța la mine. E ultimul lucru la care renunț. În fața morții mă agăț cel mai tare de el. Disperarea (panica) cu care o fac, arată clar asta. Doar moartea ne va despărți… Îngrijorarea este doar a mea, pentru că ține doar de mine (ca și sinuciderea). Nu am nevoie de nimic pentru a mă îngrijora, nici de logică, nici de situații reale, de nimic, îmi pot face griji din orice, chiar și din nimic. Sunt un mic dumnezeu, demiurg al grijii. Chiar nici nu pot concepe viața fără ea. Ea este viața mea. De aceea când grija devine o povară, îmi doresc să mor, să scap, adică să devin fericit…

Heidegger vorbește de grija (sorge) ca ființare esențială a omului, a "faptului-de-a-fi-în-lume".
Deci, grija dă chip omului – chipul grijii, chipul păsării.
Dar nu grija pune stăpânire pe om, ci omul vrea să (se) stăpânească, să dețină controlul prin grijă – ea este caduceul lui, sprijinul lui. Și ține doar de el, îl poate produce oricând, nu este la mila nimănui. E al lui, doar al lui. E siguranța lui, deci neîncrederea lui, la care nu renunța niciodată ("... siguranța mea, aveauul, osânda mea.")

Concluzia ar fi, că îngrijorarea, grija este "dumnezeul" omului creat de el însuși, este "prețiosul" său, puterea sa absolută la care nu renunță și față de care are o atitudine ambivalentă – îl urăște și îl iubește în același timp. Acest dumnezeu a uzurpat locul Dumnezeului iubire/dragoste/bucurie, aducându-i acestuia critica că este nepăsător (fără griji). De asemenea, în pofida oricăror evidențe ale ineficienței îngrijorării, aceasta este

considerată atitudinea cea mai serioasă, nobilă, responsabilă și eficientă dintre toate.
Acest fapt, fenomen, credință, mit, această convingere nestrămutată este sursa tuturor suferințelor umane.
Ce soluție avem?
Primul pas, ar fi să privim grija în realitatea ei. Să o desconspirăm, demitizăm, să o detronăm de pe locul pe care îl uzurpă.

Nu este ușor să facem asta, pentru că grija este creația noastră, copilul nostru, doar al nostru. Cum să renunțăm la ea? Cum să ne abandonăm copilul? Cum să facem pruncucidere? Noi ne-am întronat copilul în locul lui Dumnezeu, din nevoia de siguranță, care înseamnă facă-se voia mea. Făcând asta, noi ne-am pus în locul Creatorului, noi am devenit "dumnezeu tatăl" iar grija a devenit "hristosul", fiul nostru, căruia toate i le-am dat în stăpânire. Grija noastră este hristosul nostru, salvarea noastră, iar îngrijorarea este actul nostru de rugăciune, de pietate. Iată religia noastră. Iată credința noastră de nestrămutat.
La ea evem de renunțat.
Și nu este lucru ușor să renunț la credința mea strămoșească. Să devin necredincios. Un eretic.
Încrederea adevărată, încredințarea în necunoscut este dușmanul siguranței.

"Cel rău" este protectorul, cel ce ne apără de pericol, cel ce identifică pericolul, cel ce consideră că există pericol, cel ce ne ține în siguranță. Este hristosul, salvatorul nostru. Fiul nostru. Odorul nostru.
Cum am putea să spunem alături de Hristos "Piei, Satano!" sau "Facă-Se Voia Ta, nu a mea"?
Asta este întrebarea. Nu "a fi sau a nu fi", pentru că asta nu ține de noi (nu este vorba de a fi-ul în acest plan), oricum suntem.

Yeshua e Meshiha, izbavește-mă de cel rău (ego), pe mine cel ce trăiesc în separare.

26. Împreună

De ce are omul două părți?
Două urechi, doi ochi... două mâini?
Ca să nu SE simtă singur. Ca să-și poată împreuna mâinile, ca să se poată lua în brațe... ca să poată fi împreună, stânga cu dreapta... Dreapta să o atingă pe stânga și stânga pe dreapta…

27. Dragostea și spațiul

"Creăm spațiu pentru a putea fi atinși. În atingere ne recunoaștem a fi noi, împreună..." (Minamin)

Declarație de dragoste:
"Vreau sa fiu cu tine, nu să-mi fie bine".

Este vorba de prioritate. Ce este mai important pentru iubit/iubitor, să-i fie bine sau să fie cu cel iubit?
Întrebarea ar fi:
Aș vrea să fiu cu tine (cu iubitul, oricine ar fi acesta, om, înger, făpturi de orice fel sau Dumnezeu), chiar și în iad?
Dacă îmi este greu, disconfortant, dureros, aș mai vrea sa fiu cu tine sau aș alege să-mi fie bine fără tine?
Aceeași poveste de dragoste este și cu viața.
Vreau să fiu și să mă bucur că sunt în această viață în pofida chinurilor, a lipsei picioarelor sau a mâinilor sau a ochilor?... Sau o dau dracu'? Și fie îmi zbor creierii, fie aștept cu nerăbdare să treacă mai repede?

Bucuria vieții, bucuria de acest dar, este condiționată de lipsa de suferință, de neajunsuri sau este liberă de astea, neinfluențată de ele?
Pot să mă bucur de viață oricum?
Spun, vorba lui Frankl, Da vieții, chiar și așa?
Vreau să fiu cu tine, înseamnă în primul rând, vreau să fiu.
Dacă spun romanticul "exist pentru tine…", atunci nu fac afirmația fundamentală "vreau să fiu", o condiționez de existența ta, de ce faci tu, de ce vrei tu, de ce simți tu etc… eventual față de mine, pentru mine…
Asta conduce cu siguranță la frici și angoase față de existența ta pe care îmi sprijin existența mea. E covârșitor pentru tine… vei fugi mâncând pământul. Și astfel voi intra în disperare, în depresie, în suferință și voi căuta să plec din această viață în care tu nu mai ești cu mine…

28 În general sau în detaliu

"Viața stă în detalii" este o zicală. Bine zis pentru cei care se depărtează prea mult.
În Agora era unul pe un piedestal care vorbea cu gesturi largi despre fericire. "În linii mari, fericirea este…", a început el, dar a fost întrerupt de Diogene (din Sinope) care, stând lângă piedestal mâncând semințe, s-a uitat la el în sus și la întrebat: "dar în linii mici?"

Când mă îndepărtez, pot vedea figura de ansamblu și să încerc un înțeles. Pot vedea din spațiu un râu care izvorăște din munți și o ia pe văi întâlnindu-se pe traseu cu mulți afluenți și apoi cum se varsă în mare. Îi pot vedea întreaga călătorie și să meditez la sens, semnificație, la rost… pot fi impresionat intelectual, dar nu sunt atins. Pentru a fi atins, este necesar să mă apropii pentru a atinge eu. Pot sorbi din apa de la izvor, pot să bag mâna

în apă, să mă îmbăiez… Toate astea le pot simți doar de aproape. Fiecare pe rând, pentru că fiecare își cere timpul său. Simt udătura apei, dacă e caldă sau rece. Dacă stau prea mult în spațiu, pot avea un înțeles intelectual, dar însetez emoțional. Mă distanțez ca să pot cuprinde, dar mă apropii ca să pot îmbrățișa, să mă pot afunda. E adevărat că mă pot și îneca dacă mă afund prea tare, dar și dacă mă depărtez prea tare și prea mult timp, mă pot pierde. Voi fi ca un satelit în jurul pământului care nu mai poate cădea și care vede de sus în viteză totul, dar flămânzește și însetează, se usucă, se mumifică.

O sinteză, un ansamblu, un întreg ne poate impresiona, ne poate atrage atenția, dar nu ne atinge efectiv. Când privim partenerul, putem fi atrași de "întregul" său. Când ne apropiem însă îi putem atinge detaliile – buzele, ochii… atunci vom fi atinși. Datorită vitezei prea mari am ajuns să fim prea sintetici. Înțelegem din ce în ce mai mult, dar suntem de neatins. Ceva mai de mult, orbecăiam înecați într-o visceralitate emoțională, acum vedem multe, dar suntem surzi la șoapte. Și cât de mult ating șoaptele…

Numai detaliul se poate savura, niciodată ansamblul, întregul. Detaliul este pasul călătoriei. Fără acesta, călătoria este doar un salt. Înțeleg, dar nu simt.
În procesul picturii este necesară o permanentă distanțare și apropiere de tablou, altfel există riscul fie de a avea sens de la distanță, dar de aproape să nu mă atingă, fie să mă atingă de aproape, dar la distanță să-și piardă sensul, atracția.
La distanță este necesară atracția. De ce? Ca să mă facă să mă apropii, să ating, să gust.
Savoarea este dată de detaliu, de nuanță, de diferență, fie aceasta cât de mică. Ba chiar când este mai mică, diferența devine mai savuroasă.

În povestea vieții noastre ne ating detaliile. De obicei pe acestea le pierdem fie prin negare, atunci când sunt traumatice, fie prin grijă atunci când sunt plăcute. Nu zăbovim pe detaliu încât să-i simțim savoarea, mirosul, gustul… Alergăm tot mai departe către un sens, scop, semnificație, finalitate, către sfârșit…
Ne trecem viața în revistă, facem bilanțul vieții, bifăm rezultate. În acestea căutăm să găsim un înțeles al vieții, dar pierdem trăirea din detaliu. Pentru că doar în detaliu se află.

A mă apleca asupra vieții mele, înseamnă a coborî în detaliul ei. Când spun o poveste din viața mea sau alta, cât detaliez? Ce detaliez? Ce nu detaliez?
De exemplu, teatrul este la distanță, favorizează un înțeles, o semnificație, poate să impresioneze, să clarifice sau să creeze confuzie… În film camera de filmat se poate apropia, de mână, de ochi, de nas, de obraz încât se pot vedea porii pielii. Asta mă atinge, generează în mine o trăire, independentă de sensul întregului. Cumva mă aduce Aici…

De aceea, în procesul psihoterapeutic se poate favoriza accesul la trăire prin detalierea descrierii unei situații, întâmplări, gest, mișcare printr-un proces de silabisire, chiar de "citire pe litere" a acestuia. Accentul cade pe "ce" și "cum" la modul discret, nu continuu, pentru a favoriza apropierea. De asemenea, pauzele sunt necesare pentru savurare, digestie, dar și pentru reflecție, pentru distanțare în vederea a ce este denumit ca integrare, pentru a căpăta înțeles.

29. Despre atenție

Dobândim ființa noastră trupească de la mamă cu o direcționare de formă și structură de la tată. În pântecele mamei corpul nostru crește hrănit prin sângele mamei și spațiul pe care ni-l oferă. Ne simțim primiți și hrăniți. Când ne naștem, ne simțim pierduți în pustiu. Dar repede suntem luați în brațe și sugem la sân. Sângele e înlocuit de lapte și locul pântecelui de îmbrățișare. Când nu mai suntem sugari laptele este înlocuit cu atenție și îmbrățișarea mamei cu îmbrățișarea altora – străini, podeaua pe care calc, patul în care stau, ea se transformă în încredere, încredințarea în lume, în univers, îmbrățișarea necunoscutului… Tatălui.
Adică, în această etapă a treia hrănit de atenția mamei mă mișc spre lume, explorez spațiul necunoscut mie până atunci, mă desprind puțin de fusta mamei pentru a cunoaște teritoriul din preajmă. De obicei suntem ținuți în țarc atunci când mama nu are timp sa ne acorde atenție. Ne ține în țarc pentru siguranța noastră.
Libertatea de a explora spațiul universului în aceasta perioadă de viață (de la 1 an, când începem să mergem, până la 7 sau 8 ani) necesită atenția mamei.
Această atenție este ca o hrană. Este locțiitor de lapte, care e locțiitor de sânge – prin atenție deci simțim că ne hrănim cu viață. Prin atenție simțim că primim viață.
Și pentru că în primele două etape (cea uterină și cea de sugar) am fost dependenți de mamă, cu greu poate altcineva să o înlocuiască pe mamă în a treia etapă. Atenția de la ea este resimțită ca adevărata hrană, cea de la bonă, bunică și alții fiind resimțită ca un înlocuitor de moment. Un substitut care nu poate dura prea mult, pentru că nu este resimțit atât de hrănitor precum atenția mamei. De aceea, în mod firesc, în lipsa atenției mamei vrem mai multă atenție. Vrem să compensăm lipsa calității cu cantitatea. Ne agățăm cu mai mare disperare

de locțiitori. De aceea, cu bunicii ne răsfățăm – adică cerem "mai multă" atenție și parcă niciodată nu este suficient. Este ca atunci când nu ne satisface o mâncare. Avem tendința să mâncăm mai mult. Dar tot ne simțim nesătui și suntem neliniștiți. Când apare mama ne liniștim. Un minut din atenția ei face cât zece ore de atenție din partea bonei sau a bunicii. Așteptăm cu nerăbdare să vină mama. Când vine, vrem să profităm de fiecare minut petrecut cu ea. Timp petrecut cu ea. Timpul "cu" (ea) este prețios, căci o să plece iar. Trebuie să apuc să mă alimentez cât mai mult… ca până vine iar, să-mi ajungă. Dacă ajunez prea mult, simt că flămânzesc, că mă sleiesc de viață. Prin atenția mamei primesc viață. Fără viață, nu am poftă de viață, sunt trist sau agitat. Dacă nu o să mai vină? Ce mă fac? Voi pieri…

Din această cauză, lipsa de atenție creează o frică soră cu moartea. În mod normal, atunci când explorez lumea cu încredere sub atenția mamei mă îndepărtez din ce în ce mai mult. Astfel, ajung să văd, să simt că pot supraviețui și fără această atenție. La început un pic, apoi din ce în ce mai mult. Eu sunt cel care face asta, progresiv, îndepartându-mă din ce în ce mai mult. Mă desprind singur de fusta mamei atras prin curiozitate spre lume, spre necunoscut, spre alții. Mă înțarc singur de atenția mamei, când observ că pot supraviețui și fără asta. Dar dacă sunt înțărcat forțat, pentru că mama are treabă să plece la serviciu sau alte treburi pe care nu le poate face cu mine, atunci voi simți ceea ce se numește abandon. Frica de abandon este de fapt frica de moarte. Simt că mi se ia butelia de oxigen, că sunt îndepărtat de la sursa care-mi oferă hrană și voi pieri.
De aceea, atunci când sunt nevoit să mă alimentez de la atenția substituenților, voi vrea mai mult, mai mult… niciodată nefiind suficient, destul.

Pentru că nu experimentez singur că pot trăi din viața care este în mine, atunci când mă desprind singur de mamă, voi rămâne cu ideea că voi avea întotdeauna nevoie de cineva pe care să-l căpușez de viață, adică de atenție. Dacă văd singur asta, atunci simt că viața care este în mine vine de oriunde și de nicăieri, dar este cumva aici, nu este dependentă de mama sau de alții.

Dacă nu am această experiență, și puțini o au, atunci voi fi ținut în țarc de mama, când ea are treabă sau în grija, în paza altcuiva cât ea este plecată, pentru propria mea siguranță. Voi simți astfel că am un gardian, un paznic care îmi restricționează mișcările și cu care trebuie să mă lupt pentru libertatea mea de mișcare. Cum la râzgâiala mea puțini străini au răbdare voi deveni viclean sau voi suferi abuzuri. Pe bunici îi pot manipula ușor prin plâns… De asemenea, pot să mă simt fie fără poftă de viață, fie agitat la modul agresiv sau pasiv, temător.

Deci, sângele ombilical, laptele matern și atenția mamei este viața pe care resimt că o primesc – asta este timpul, iubirea. Cea mai importantă este ultima, atenția. Dar, în ultima perioadă doar primele două sunt asigurate. De multe ori prea mult, chiar în detrimentul celei de a treia, atenția, timpul, iubirea. Sângele și laptele sunt înlocuite cu mâncare, cu jucării și alte obiecte, dar nu cu atenție. Ce să facă copilul cu jucăria, dacă nu are cu cine să se joace? Copilul se poate juca singur cu jucăria doar dacă are atenția mamei, adică mama să fie prezentă, aici și acum nu cu gândul aiurea sau prin preajmă, făcându-și de lucru. Ea este necesar să simtă ca prețios timpul petrecut cu copilul, nu un timp pierdut, de nevoie…
Altfel, înțărcarea forțată de la atenția, timpul, iubirea mamei ne face să fim temători, neîncrezători în lumea largă, în străini. Ne vom feri deci de dragoste, de îmbrățișare (pe care le vom resimți ca pe constrângeri),

de spații largi, de locuri necunoscute, de contacte prea profunde, de relații prea adânci. Dar pe de altă parte, îi vom căpușa/vampiriza pe toți de atenție, de timpul lor, adică vom face totul pentru a primi viață de la ei… și cât mai multă și de la cât mai mulți.

De exemplu, majoritatea persoanelor cărora le este frică de pierderea celor apropiați, de moartea părinților, bunicilor, fraților, prietenilor, iubiților, copiilor au trăit în copilărie un deficit de atenție.
Când stau cu bunica sau bona și aștept ca părinții să vină de la serviciu, tânjesc ca timpul să treacă mai repede, să vină timpul când ei să apară pe ușă. Între timp, voi face orice ca să-mi omor timpul. Voi folosi orice joc, orice activitate pentru a face să nu simt trecerea grea a timpului. Jocurile, însă, nu-mi mai aduc bucurie, de aceea le schimb des. Nici ce mănânc nu mă mai satură sau nu-mi place, devin foarte mofturos. O stare de insatisfacție și agitație generale sunt blatul meu afectiv, de aceea orice voi presăra pe el va avea o mică valoare pentru mine, chiar dacă altădată îmi aducea bucurie. Când părinții intră pe ușă, totul se schimbă dintr-o dată. Inima începe să bată, mâncarea are iarăși gust, jocurile cele mai plictisitoare devin iarăși extrem de interesante. Până la vârsta de șapte ani există o diferență între părinți. Dacă pe ușă intră întâi tata, îl voi întreba imediat "mama unde e? Când vine?". Dacă pe ușă intră întâi mama, nu întreb de tata, e suficient…
Dacă, însă, la ora obișnuită părinții nu apar (în special mama), încep să-mi fac griji. Părinții mai au și alte lucruri de făcut după serviciu, cum ar fi să facă piața sau să se întâlnească să bea o cafea etc. Au și ei o viață care nu se termină cu apariția copilului. Tânjesc și ei după această viață.
Doar că ei uită să anunțe copilul sau într-adins nu-l anunță pentru ca acesta să nu-i sâcâie cu venirea mai repede

acasă. Le-ar fi greu să stea cu asta, le-ar sta în gât, nu s-ar mai putea bucura deplin. Dar, copil fiind, nu înțeleg cum părinții (în special mama) nu are aceeași nerăbdare să ajungă acasă la mine. Nu sunt eu prețiosul ei așa cum este ea pentru mine? Este imposibil să fie altfel. Dacă întârzie, e clar că s-a întâmplat ceva cumplit. Doar asta ar putea să o facă pe mama să nu ajungă la timp la mine. Numai un cataclism, numai moartea ar putea să o împiedice, nicidecum prea puțina păsare, prea puțina dorință de a ajunge la mine. Asta ar fi cumplit pentru mine. De aceea, am numai scenarii catastrofice în minte. Mă agăț de ele, pentru că mă salvează de cumplita durere că nu sunt cea mai mare bucurie a mamei. Fiind cea mai mare bucurie, îmi este asigurată atenția ei deplină și asta mă bucură, pentru că primesc atenție deplină, prezență deplină, primesc viață și astfel mă simt viu, bucuros.
Cumva, mă apăr de această durere prin frică, prin scenariile catastrofice pe care le imaginez. Este adevărat că acestea mă tensionează, mă neliniștesc, mă scot din momentul prezent și mă așează într-un viitor, în virtual unde sper sau disper. Acest lucru va deveni un obicei. Voi apela mereu la acest procedeu de câte ori voi "dibui" instinctiv sau intuitiv o durere la orizont. De fapt voi fugi de ceea ce voi simți prin aceste scenarii. Simțirea îmi va arăta realitatea neconvenabilă, dureroasă. Eu însă voi alege frica, anxietatea, pentru că aceasta și prin aceasta mă voi îndepărta de realitatea dureroasă. Mai mult, cred că pot schimba realitatea. Anxietatea este de fapt puterea mea asupra realității dureroase.

Când sunt adult, mă voi apăra de "nepăsarea" partenerului în același mod, prin aceleași scenarii catastrofice. Când sunt cu acesta, voi căuta să îl asalt cu tot felul de "atenții" pentru a-mi asigura atenția lui. Voi avea grijă de sursa de la care aștept atenție, viață. Îl/o voi ține, mă voi crampona constant. Dacă se ridică brusc

de lângă mine să se ducă la baie sau bucătărie, voi trăi un scurt atac de panică, de spaimă, sperietură – ceva de genul "ce faci? Unde te duci?", verbalizat sau nu, dar privirea mea întreabă "mă lași?" Dar toată această tensiune în care stau mai tot timpul mă constrânge, mă sufocă. De aceea, paradoxal, mă voi simți neliber cu acest partener. Și este firesc, pentru că sunt dependent de atenția lui. Va fi un conflict în mine: nu pot să-i dau drumul pentru că simt că mor fără viața pe care o am de la el, dar simt că mă sufoc și iarăși mor – mă simt într-o dilemă, orice fac conduce la același rezultat. Diferența constă în faptul că sufocarea este mai lentă, mor încet sau sunt doar neviu, fără putere de a mă bucura. În schimb, dacă îl pierd, simt că mor pe loc. De aceea, rabd moartea lentă pentru că îmi oferă timp, speranța că pot rezolva. În plus, simt că fac ceva, nu renunț…
Ceea ce pot resimți cu partenerul, pot resimți cu oricine este important pentru mine sub aspectul dependenței de viață și sens. Poate fi unul din părinți sau pot fi amândoi, copilul/copiii, un prieten bun sau, în lipsa acestora, chiar străinii, dar într-o cantitate mai mare – am nevoie de public.

Dacă părinții, însă, mă anunță că întârzie din diverse motive, nu mai pot să-mi fac speranțe prin scenariile catastrofice. Atunci voi simți durerea desprinderii. Dar este prea cumplit pentru mine să o trăiesc, cred că mă va omorî. Atunci mă voi apăra împotriva acesteia prin simțirea de insuficiență – mă simt insuficient. Această simțire este salvatoare, pentru că îmi aduce speranță, îmi dă timp. Dacă sunt insuficient, pot încerca să devin suficient și când voi reuși, voi primi ceea ce îmi doresc. Metodele prin care pot deveni suficient sunt diverse și depind de valorile culturale și/sau parentale. Pot încerca să fiu suficient/perfect fie fiind cuminte, fie deștept, fie bun…, fie mai frumos.

O altă apărare de această durere constă în furie. Mă voi înfuria pe părinți că nu-mi dau ce mi se cuvine de drept. Voi deveni violent, fie direct cu ei, fie cu alții sau cu obiectele. Voi fi mereu în mânie și voi căuta cognitiv justificări pentru aceasta. Când sunt prea mic, îmi voi pedepsi direct părinții, dându-le de exemplu palme sau picioare. Nu prea îmi dau seama de consecințe, nu realizez că asta nu are eficiența scontată, ba dimpotrivă. Altfel, devin agresiv cu oricine și orice, inclusiv cu mine – îi pedepsesc indirect. Când voi fi adult, voi purta în mine o mânie care pare absurdă situațional, dar pe care mă străduiesc să o justific situațional.

Dar cea mai mortală apărare pare a fi amputarea "organului simţirii". Cea mai ușoară formă a acesteia este metoda detașării, a insensibilității, a nu mai putea fi atins. Cea mai gravă este însă aplatizarea afectivă, care asigură însă o protecție totală față de durere, oricare ar fi aceasta – de viață.
Nu este exclus, însă, o combinație a acestor apărări pe anumite perioade, în funcție de situații, dar de obicei există o "preferință", o "specializare" într-una din acestea. Bineînțeles că cele de mai sus sunt raportate la situațiile obișnuite prin care trec majoritatea copiilor, nu la situațiile traumatice, precum violență familială, destrămare, abuz etc. În acest caz, apărările pot deveni foarte accentuate.

Dar nu este obligatoriu ca aceste "apărări" să se manifeste sau să se mențină permanent. Persoana este liberă să aleagă să renunțe oricând la ele, acceptând să trăiască durerea inițială de care a fugit la început, să se lase atinsă de aceasta, să se lase "omorâtă" de aceasta. Va vedea, va simți astfel că poate fi și cu asta, că poate trăi cu viața pe care o are în ea însăși și care nu vine (nu este dependentă) de un altul sau altceva din afara sa.

Un singur lucru poate suplini atenția mamei – joaca. Când am un partener de joacă, implicat deplin în joacă, atunci acesta este în întregime prezent aici și acum cu mine. De preferat cineva apropiat de vârsta mea ca să aibă capacitatea de a fi atât de atent, de absorbit de jocul cu mine. În felul acesta, desprinderea de mamă, de dependența de atenția ei este cumva naturală. Nu o substitui/compensez cu altceva/altcineva. Asta este ceea ce lipsește generației actuale…

30. Probleme de relație

Cu el/ea poți să faci ceea ce poți face cu el/ea așa cum este. Să te joci așa cum poate el/ea să se joace.
Dacă tu vrei să te joci alt fel de joc pe care el/ea nu îl agreează, atunci el/ea va fi frustrat/ă, iar tu nemulțumit/ă că nu se joacă cum trebuie...
Dacă vrei neapărat acel joc, cauți pe unul care vrea acel joc. Că ăsta/asta nu se joacă.
Sau nu te mai joci deloc că nu ai cu cine.
Deci sunt cam 4 variante la alegere:
1. Te joci ce poți cu el/ea, ce joc îi place lui/ei, dacă vrei să te joci cu el/ea.
2. Îl/o forțezi să se joace cu tine ce/cum vrei tu (de aici rezultă efecte, precum frustrarea amândurora pentru că lui/ei nu-i place și îi iese prost, în caz că se străduie sau se opune, iar tu ești nemulțumit/ă de calitatea proastă a jocului)
3. Cauți un/o alt/ă partener/ă de joacă, care să vrea să se joace acest joc în același fel ca tine (dar nu știi dacă îți va plăcea să te joci cu el/ea...)
4. Nu te mai joci cu nimeni…

Dragostea este un foc care se întreține.

Se întreține natural dacă există dragoste liberă. Focului îi trebuie aer, spațiu, libertate pentru a arde. Asta este întreținerea focului, a dragostei. În momentul în care apar dorințe, când îți dorești mai mult, atunci se condiționează și astfel se restrânge spațiul, aerul și focul se stinge.
Este suficient ca unul să facă asta…
În acel moment el este dominat de dorința lui. Vrea ceva ce nu e și astfel nu mai este liber să se bucure de ce e. Își urmărește și caută să-și realizeze dorința. O impune celuilalt, o cere etc. Celălalt se retrage agresiv sau pasiv agresiv…
Asta se întâmplă când cei doi nu au dorințe comune… Și când acele dorințe sunt mai importante decât "dorința" de a fi împreună oricum, chiar dacă celelalte nu sunt comune.
Mai există și varianta în care dorința de a fi împreună lipsește de la început. În acest caz, ceea ce i-a adus pe cei doi împreună au fost niște dorințe de împlinit. De exemplu, sex, plimbări, siguranță etc.
Problema este că aceste dorințe sunt fluctuante. Sunt ca poftele care vin și trec. Nu îmi este poftă mereu de gogoși... Când mi-e poftă mă duc și iau. Dacă îmi aduci gogoși și când nu mi-e poftă, mi se apleacă.
Vin la tine când îmi vine, adică când am poftă… Dacă mă forțezi și când nu am poftă, mă simt constrâns să înghit…

Deci:
Dacă dorința pură de a fi împreună nu este sau nu primează, atunci nu este vorba de dragoste sau ea este prea "mică" în raport cu poftele, cu dorințele periferice…
Ar fi bine ca cei doi să se uite cu sinceritate la ce i-a adus unul cu celălalt.
Împlinirea unor dorințe, pofte, plăceri?
Sau a fi împreună, eventual și în lipsa sau nesatisfacerea deplină a acestora?
Poate fi diferit la fiecare…

Dacă ce m-a adus împreună cu tine a fost nevoia de a-mi satisface o nevoie, o dorință, o poftă, atunci odată satisfăcută intensitatea atracției se va reduce, voi pleca, mă voi îndepărta. Aceasta poate fi sexul, petrecerea plăcută a timpului, siguranța etc...
Mă voi întoarce când simt iar nevoia, dorința, pofta. Între timp, dacă voi sta fizic, voi fi departe psihic. Va fi destul de chinuitor... să stai în lipsa acelei dorințe/nevoi. Voi simți frustrare, deranj, iritare…
Asta pentru că nu îmi doresc să fiu cu tine, ci să îmi satisfac nevoile, să mă simt bine (cu tine). Nu că ar fi ceva rău în asta, dar dacă este doar asta, fără fundamentul "îmi doresc să fiu pur și simplu cu tine", atunci relația este lipsită de fundație. Doar ne satisfacem niște nevoi, dorințe. Fiecare dă ce are din ce cere celălalt. E ca la piață. Negociază ca precupețele, se ceartă ca niște cațe, care să profite mai mult și să dea mai puțin. E pe apucate...
Fiecare crede că dă mai mult decât primește... Se simte păcălit…
Sau e ca la salon sau la alte servicii… ești sau nu mulțumit de prestație... de cantitatea și/sau calitatea prestației…
O astfel de relație pe interes psihologic și/sau material conduce inevitabil la a vedea paiul din ochiul celuilalt… Și fiecare caută să scoată acest pai cu tot cu ochi…
Iată relațiile bazate pe împlinirea nevoilor...
Altfel sunt relațiile care nu sunt bazate pe împlinirea nevoilor, ci pe dorința fundamentală de a fi unul cu celălalt în orice condiții. În astfel de relații împlinirea celorlalte nevoi sunt efecte secundare, efecte colaterale…

Acest lucru este valabil în orice relație. Cu prietenii, copiii, cu părinții...
Dacă se pune accentul pe funcționalism, pe ce oferă celălalt, "relația", atunci lucrurile sunt percepute economic, comercial, juridic, moral... Și de aici dispute, lupte, conflict, războaie. Pacea va fi mereu doar o încetare

a focului, un armistițiu provizoriu, pentru că este bazată pe un compromis. Compromisul este generator de frustrare. Frustrare pe care încerci să o reprimi în favoarea beneficiilor obținute prin pacea provizorie. Dar ceea ce reprimi va mocni, va coace până ce puroiul va erupe…

Ne este frică de a pierde marfa pe care o obținem de la celălalt?
Cei care au ca dorință fundamentală de a fi cu acela, au două atitudini:
Fie nu au nicio frică de pierdere a ceea ce pot obține în mod secundar de la partener și atunci nu fac compromisuri. Riscă să piardă satisfacerea oricăror dorințe secundare pentru că le consideră nesemnificative în raport cu cea principală, iar dacă celălalt nu își dorește să fie cu ei, ci doar este interesat de satisfacerea dorințelor secundare, atunci tranșează la sânge;
Fie nu este interesat de satisfacerea dorințelor secundare, nu se frustrează prea tare de ele și nici de lipsa dorinței fundamentale la partener, ci se bucură de fiecare ocazie pe care o are de a fi cu acela. La fiecare întâlnire se bucură și bucuria nu-i este umbrită de frustrările secundare. De asemenea când nu este cu acela de care îi este dor, se bucură de dorința lui pentru acela, că există... Iubire.
Asta ar fi dorința de a fi cu el/ea.

Dacă resimțim frică, înseamnă că fie nu există această dorință fundamentală, fie este condiționată de cele secundare care sunt principale. Adică de fapt nu există. Pentru că aceasta e întotdeauna liberă, nu condiționată.
Asta apropo de sinceritate în analiză. Eu vreau "să fiu cu el/ea" CA să obțin satisfacerea celorlalte dorințe (funcționalism) – siguranță, plăcere etc.?
Dacă mă interesează să fiu cu el/ea în primul rând, m-aș raporta în cele două feluri descrise mai sus.
Punct.

PS: ca să vin în întâmpinarea unui posibil răspuns "Nu suntem toți sfinți, suntem oameni..." (Ca și când sfinții ar fi extratereștri, nu oameni, ca și când sfinții nu ar fi reprezentarea omului... Sfinții sunt oamenii liberi, deci nu sclavi… atât), voi spune următoarele:
Ok. Nu suntem liberi. Avem nevoi, dorințe etc. de satisfăcut. Deci suntem sclavi. Bine. Atunci să fim sinceri cu noi înșine și să ne asumăm asta. Asta suntem. Nu reproșăm celuilalt că nu este sfânt. Sunteți amândoi sclavi. Ok. Nu e nimic rău în sine în asta, dacă vedem situația aici cu claritate și fără fantezii snoabe, ipocrite și moralizatoare.
Deci, suntem la piață. Produsul pe care îl căutăm poate fi doar la un magazin (nasol când dorim mai multe produse care se găsesc la magazine diferite). Pentru a-l (a le) obține trebuie să respectăm condițiile vânzătorului. Și, bine-nțeles, să plătim pentru el/ele.
Altfel, ce facem?
Ne tăvălim pe jos, în crize de isterie ca să primim jucăria de la șeful de magazin?
La o adică putem face și așa...
Care ar fi riscul?
Păi, unul din ele ar fi să nu ne mai primească în magazin pe viitor…

Este foarte ușor să lăsăm liber un om, când acesta nu mai este cu noi. Este ușor să iertăm pe cei ce ne-au greșit când aceștia au murit sau nu mai sunt cu noi. În primul rând că nemaifiind cu noi, nu ne mai deranjează. Apoi, ne amintim doar cele bune și le simțim lipsa, astfel apare dorul… Icoana acestora e spălată de ce ne deranjează.
De aceea despărțirile sunt urmate de împăcări, apoi iar de despărțiri… iar și iar…

Oamenii nu văd că ceea ce simt când celălalt nu mai e cu ei, nu este reprezentativ pentru ce simt când sunt efectiv cu celălalt. Când ești cu celălalt, te deranjează mici căcaturi, spuse și nespuse, făcute și nefăcute. În plus, dorințele de mai bine, de mai mult… fac să apară monstrul în fiecare... fiecare are monstrul lui. Monstrului ăstuia îi este frică de libertatea celuilalt, de ce poate pierde…
Când nu ești cu celălalt, nu ai ce pierde, eventual doar să câștigi sau să nu câștigi, dar nu ai ce pierde că nu ai nimic... doar o speranță… de aceea, nu apare frica, ci doar o dorință, un dor, o tânjire...

Cât de influențate sau nu sunt simțirile noastre de ce simte sau consideră celălalt?
Cât de libere sunt simțirile noastre?
Simțirile libere sunt cele care nu cer nimic.
Cele influențate de, sunt cele care sunt contextuale, care depind de celălalt, de reciprocitate într-un fel… ele cer întotdeauna ceva, fie de la celălalt, fie de la noi. Fie vor să repare ceva... de exemplu, imaginea de sine, fie să recapete valoarea de sine… sau altceva.

E foarte ușor să iubim pe cineva când nu (mai) suntem cu el. E greu să-l iubim când suntem cu el...
Iubirea nu înseamnă vreau să fiu cu tine?
Și atunci, de ce când suntem cu cineva nu lăsăm asta să se întâmple?
De ce ne (pre)ocupăm atunci cu altele?
De ce adoptăm atitudini și fapte care conduc către sufocarea, îndepărtarea iubirii, adică de ce ne îndreptăm către revendicări justificate de drepturi de proprietate, de corect-incorect, bine-rău?

31. Despre ușurința de a iubi și greutatea de a nu iubi

"Este ușor să-l iubești pe cel care te lasă așa cum ești, care nu-ți cere nimic, căruia îi este suficient atât cât ești, cât poți..." (Minamin)

Întotdeauna este ușor să iubești. Greu e să te împotrivești neiubirii. E un efort în van, fără sorți de izbândă vreodată. Cel căruia îi este suficient că ești nu creează nicio presiune asupra ta, nu te condiționează. Te lasă așa cum ești. Astfel, nu te mai împotrivești condiționărilor lui și nici nu mai încerci să le îndeplinești. Nu mai depui efort...
Deci, faci ce e mai ușor – să iubești, dacă asta simți.
Dar nimeni nu te poate forța cu adevărat să te conformezi condiționărilor și poți oricând să nu te împotrivești. De fapt e cel mai ușor așa. Doar să vrei, să fii de acord.
Deci, toți sunt la fel de ușor de iubit. Doar să fii liber. Liber de condiționările, de vrutele celui pe care vrei să-l iubești. Să nu-l mai condiționezi pe acesta de lipsa condiționărilor lui față de tine. Altfel, dacă ții la corectitudine, la dreptate, la libertatea ta, paradoxal te vei simți constrâns, neliber. Dacă îți aperi libertatea, ți-o vei pierde, trăind perpetuu în iluzia luptei pentru libertate, care se va transforma încet-încet în lupta pentru putere – puterea de a impune binele (iubirea) și dreptatea (adevărul)... chiar libertatea...

32. Binele și frumosul

În cupluri (instituite formal sau nu) pasiunea, dragostea, iubirea, bucuria vor fi înlocuite de bun simt, responsabilitate, dedicare, milă, vinovăție, îndatorire... Cumva eticul va înlocui esteticul. În numele binelui, frumosul va fi înlăturat și încântarea va dispărea încet-încet.

Întotdeauna când faci ceva corect, când faci bine… este cu scop, cu rost, cu finalitate… asta surpă bucuria, plăcerea vieții în mod inevitabil. Frumosul (lipsa de scop practic, de rost, de sens) este întotdeauna înlocuit de bine, atunci când acesta este intenționat ca scop (uite pentru asta... nu știu ce…). Ca atitudine, când fac ceva cu rost (bine) se duce din bucurie…
Cei care sunt obsedați să nu greșească, să facă rău, se străduie din răsputeri, vor într-adins să facă bine. Prin asta își blochează accesul la bucurie. Se autoconstrâng să facă bine, apoi se vaită de nelibertate și de osteneală.
Binele se face cu osteneală, niciodată frumosul. Frumosul este fără efort…

33. Despre răbdare

"Să lași viitorul să te surprindă...
Căci fără surprindere capacitatea de trăire tinde să se stingă." (Minamin)

Anticiparea, în tendința de a ști, ispitește spre a controla. Nu prea poți să trăiești știutul. Dacă e dorit, știutul nu prea primește atenție și deci nu prea e trăit. Dacă e nedorit, știutul este trăit ca respingere, ca împotrivire, în frică.
Deci când știi, trăirea va fi în frică sau o netrăire în plictiseală...
Ne este dat să vedem crâmpeie din viitor pentru a ne bucura cu răbdare de venirea darului. Așa cum copilul așteaptă Crăciunul.
Răbdare înseamnă că nu dau prezentul pentru viitor. Nu mă grăbesc spre viitor. Las să aducă viitorul ce vrea, iar eu mă joc, mă bucur, trăiesc prezentul...
Principalul scop al vieții (aici sau oriunde) este trăirea, bucuria...

În lipsa răbdării, adică în graba de a hăitui viitorul, trăirea va fi a fricii și suferinței, condimentată din când în când cu satisfacții...
Necesită să sălășluiești în iubire pentru a avea capacitatea de a te bucura de știut. Ca să trăiești cu bucurie ceea ce știi (fără surprindere), necesită iubire – așa cum iubiții se bucură unul de altul știindu-se, neavând nevoie să fie surprinși. Surprinderea este în acest caz mirare, mirarea că e ceea ce/cum e. Mai mult, în iubire ne uităm la cineva mai mult decât la ceva. Iar, cineva e veșnic necunoscut, veșnic ascuns știutului...
Când nu e iubire, foștii îndrăgostiți, pierzând neștiutul dintre ei, pierd surprinderea și astfel trăirea bucuriei dintre ei e înlocuită de plictiseală sau frică. Vor avea nevoie mereu de noutate între ei și în viața lor, stimuli să-i învie... atunci când aleg să lase grija.
Dar le este foarte greu să iasă de sub sclavia grijii. Pentru că relația lor cu grija este una ambivalentă – o urăsc și în același timp sunt dependenți de ea. O urăsc pentru că e împovărătoare, sufocantă, constrângătoare. Sunt dependenți de ea pentru că, în absența iubirii, este singura care aduce aminte de valoare, prin frica de pierdere, de trăire... Trăire în grijă, în frică, dar totuși trăire. Măcar nu este golul nepăsării, plictiselii – neviul, nemortul...
În afara iubirii locuim un destin tragic – viață în suferința grijii și/sau nonsensul neviață/nemoarte.
Bucuria nu fuge de durere. Nici nu o caută. O lasă... să fie.
Trăirea în bucurie lasă durerea să fie. Trăirea în grijă, în suferință, nu lasă durerea să fie. În golul nepăsării nu e trăire...

Neștiutul este un ajutor în a trăi... spontaneitatea prezentului – în dăruire (văzută adesea ca pierdere).

Doar dacă știu (cred/cunosc) iubire pot trăi cu bucurie și nu cu frică.
Călăuzirile devierii sunt știul ce călăuzește spre frică și/sau apatie, o credință (atenție) îndreptată spre nepierderea a ce îți închipui că ai – evitarea durerii, siguranța. Cunoașterea cevaului pentru a-l poseda, deține, avea.

Cred (știu/cunosc) iubire este îndreptat spre cineva. Este act pur dintre cineva și cineva.
În afara acestuia, până se ajunge la "știu iubire" de la "știu pericol" ("siguranța mea, aveauul osânda mea" – grija), neștiutul este îndrumătorul pe calea lăsării/acceptării...

34. Despre discernământ

"Discernământ – facultatea de a discerne, adică a deosebi, a distinge lucrurile unele de altele, a judeca limpede, cu pătrundere și cu precizie." (DEX)

Limpezime, claritate... în a alege, în a decide.
Este foarte important în primul rând să stabilim cine alege, cine decide?
Eu aleg/decid sau influențele/determinismele exercitate de impulsuri și atracții? Mă împinge ceva să aleg? Mă atrage ceva să aleg?
Impuls – ceea ce mă împinge – poate fi orice instinct, nevoie naturală (Id-ul lui Freud) sau socio-cutural-economică (Supraeul lui Freud) ce creează o presiune, o forță cu un vector/sens către o direcție.
Atracție – ceea ce mă atrage – poate fi orice ceva material sau imaterial care este resimțit ca valoros, deci dorit (Id + Supraeu).
Sunt împins, tras sau aleg?
Eu aleg sau sunt ales?
Eu conjug verbele (acțiunile) sau sunt conjugat de ele?

Cum fac diferența?
Cum discern de unde vin dorințele, vrutele? Sunt ale mele? Adică eu vreau, doresc sau vin din bios, din cultură, din exteriorul a ceea ce numesc când spun "eu"?
Când spun "eu" mă refer la "eu" ("I", "Je") cel care conjugă verbele sau la "mine" ("Me", "Moi") cel care este conjugat sau care suportă acțiunea conjugării?
Cum fac diferența între eu și ego?
Și cum știu că eu nu aleg în orb?
Cum ajung să trăiesc eu și să nu fiu trăit de ego (acest complex de Id și Supraeu)?
Cum ajung să fiu liber și nu mânat și/sau condus de ego?
Cum mă iau în primire cu adevărat?
Pentru asta este în primul rând necesar să discern de unde îmi vin ideile/gândurile/imaginile și emoțiile/valorile etc. Adică, din ce sursă izvorăsc. Din eu, din ego, din altceva sau de la altcineva exterior acestora?

Dificultatea de a distinge între eu (Sine) și ego (sine sau falsul sine) este că ego nu este doar reflectarea eului, ci și a instinctelor, a ideilor culturale, sociale, religioase, științifice, a evenimentelor externe etc... – toate astea se reflectă în ego ca într-o oglindă. Numai că oglinda asta este ca oglinda unui lac, se poate tulbura. Tulburarea poate deforma reflectarea, dar și reflectarea poate crea tulburare. Tulburarea este o emoție (în latină și engleză "a pune în mișcare", "ce mișcă").

Când emoțiile (pozitive sau negative) te pun în mișcare, înseamnă că nu tu alegi/decizi, ci reacționezi la emoția x, în conformitate cu emoția x. Astfel, emoția devine motivație și așa comportamentul este "colorat" de aceasta, iar gândirea devine "avocatul" ei, susținând-o. Mai mult, ea poate determina și direcția cognitivă, tipul de ideație. așa

Chiar și când o idee este reflectarea eului, ea poate fi deformată de "undele" provocate pe suprafața oglinzii, de emoții sau alte reflectări (din evenimente sau instincte...).

De aceea, în meditație mintea goală și liniștită este considerată o oglindă bună de a reflecta adevărata "realitate a Sinelui".

În mistica creștină, la fel, "lupta cu gândurile" este o luptă pentru golirea minții pentru a primi adevărul lui Dumnezeu. Sf. Serafim de Sarov s-a rugat continuu o mie de zile pentru a ajunge la această stare.
Ideea este nu să te împotrivești gândurilor, ci să le lași în pace, să nu le mai acorzi importanță, să nu te mai iei după ele, după ce spun ele...
Ele sunt în spațiul minții, dar nu te mai tulbură, nu mai reacționezi la un gând (care îți povestește sau îți arată o imagine de pericol) prin reacție de frică și control/încordare. De asemenea, nu te mai ambalezi, entuziasmezi la un gând care îți "promite" ceva bun...
Nu te mai lași "furat" de ce va fi sau de ce a fost – de proiecție sau de amintire/memorie, ci rămâi în prezent...
Pasul doi este să poți rămâne în prezent centrat în tine și la evenimentele prezente…

Dacă nu ajungi liber, autonom de ideile/imaginile/emoțiile provocate de "evenimente" rămâi/devii dependent de ele, fie pe negativ, fie pe pozitiv. Acestea vor fi "declanșatori" (în mod conștient sau sub/inconștient) de stări negative sau pozitive.
Astfel, le vei evita sau vei fugi de cele "negative" și vei alerga după cele "pozitive". Vei considera acest "procedeu" ca fiind logic, firesc. Și este firesc, în conformitate cu instinctul de conservare...
Dar este un comportament adictiv. Numai anumite evenimente (aici intrând orice cuvânt, comportament al

altora, orice eveniment meteorologic sau întâmplare exterioară...) pot să-mi provoace o stare de bine. În lipsa lor mă simt gol de emoție. Și astfel apare dorința de a le avea, de a mi se întâmpla pentru a mă simți "bine". La fel, anumite astfel de evenimente (specifice) îmi creează stări "rele"...
Suferința constă în faptul că împotrivirea față de ultimele mă face să fug chiar spre ele, iar fuga după primele să mă îndepărtez mai mult. Voi sta mereu într-o încordare de a fugi de sau după…

De foarte multe ori, fugim chiar de starea de gol, de lipsă a emoțiilor pozitive, de lipsă de "mișcare" plăcută în interior. De multe ori numim această stare plictiseală...
Și astfel, preferăm o stare negativă (mult mai ușor accesibilă nouă) decât să stăm în această lipsă. Pentru că această lipsă o resimțim ca fiind lipsă de a fi...

35. Despre autenticitate

Durerea este considerată ca durere doar de ego. Eul o percepe ca simțire de a fi.
Durerea este simțire de intensitate mare. Peste un anumit prag, simți că arzi, sub un anumit prag, poți simți plăcere, sub un altul, plictiseală...
Deci, când te doare, simți foarte intens că ești. De aici și adicția unora de durere (fizică sau emoțională) pentru a simți că sunt…
Deci, dacă accepți să simți durere, simți că ești…
Poetic spus, te doare că ești, te doare viața etc…
Dar nu este obligatoriu să simți că ești doar în durere. Este doar o obișnuință cu senzația. Și fără nicio senzație poți simți că ești. Ca atunci când spui "simt că nu sunt". De fapt, aici "se indică" lipsa de senzație de a fi, dependența de senzație și resimțirea diminuării sau lipsei acesteia.

Afirmația corectă ar fi deci: "nu mai am senzația că sunt" sau "am senzația că nu sunt".

Legat de senzație, există o capcană în supraestimarea conceptului de autenticitate…
Ce este aia autentic?
Că doare?
Păi durerea este autentică câtă vreme o simți.
Dacă îți tai piciorul fără anestezie te doare destul de "autentic".
Dacă ți-l tai cu anestezie, nu te doare tot "autentic".
Doar pentru că nu te doare, asta înseamnă că tăierea piciorului nu a fost autentică?
În artă, autentic este antonimul falsului.
Dar falsul există în egală măsură. Un tablou fals arată la fel ca originalul. De aceea este și greu de făcut diferența. Este nevoie de experți foarte buni. Falsul poate respecta întocmai structura, metoda etc., poate fi chiar "mai bine făcut", dar nu este ACELA.
Deci falsul este destul de real, este autentic în realitatea lui, dar nu a altuia, a originalului care se dă a fi.
În artă, falsul este declarat inautentic în raport cu originalul. Altfel, în afara acestui raport, el este real, autentic în raport cu el însuși.
Cuvântul autentic are o semnificație doar raportat la un original (cel adevărat – dar nu are valoare de adevăr în sine).
Deci, cineva poate face ceva extrem de real, dar inautentic raportat la ceva, după cum altcineva poate face/simți ceva autentic, dar ireal…
De exemplu senzația.
Este ea autentică?
Este ea reală?
Atunci când o determin luând o substanță este reală?
Păi, da.
Este autentică?

Păi nu. Pentru că nu are legătură cu o emoție, ci cu o biochimie.
Când nu iau nicio substanță, ci apare ca urmare a simţirii unei emoții, atunci senzația, emoția și biochimia sunt într-o coerență, se arată una prin alta, e un întreg acolo. Pot spune că este nu doar reală, ci și autentică…
Pornind de la asta, putem spune că egoul este inautentic când se dă persoana reală, Eul fundamental, originalul.
Dar egoul este doar o reflexie reală a eului.
De asemenea, doar egoul crede că are, că posedă, de aceea el crede că pierde și că poate pierde. Doar el, ca simplă reflexie este obsedat de moarte, vrea să devină nemuritor în formă, să posede lucruri, persoane, pe el însuși – o totală demență, ca să folosesc un termen din "Cursul de miracole".
Durerea, când pierzi un iubit sau un copil, este reală, dar pierderea este ireală, nu reală așa cum o percepe egoul. În realitate tu nu ai pierdut nimic pentru că nu ai avut nimic. Există doar ideea egoului că are.
Nu avem nimic, nu posedăm în realitate nimic și nu suntem siguri de nimic. Pentru că nu vrem să trăim cu această realitate (de fapt, o reacţie de apărare a egoului), atunci ne amăgim. Și când realitatea se arată așa cum nu vrem să o vedem, suntem dezamăgiți…

36. A fi special versus a fi "la fel"

De unde poate veni această nevoie de a fi special/ă, aparte, unic/ă, preferat/ă?
De unde ura față de egalitate, nevoia de a fi deasupra, mai mult, mai grozav/ă?
De unde nevoia atroce de posesiune, de a avea ceva doar al meu (exclusivismul cu tendințe absolutiste)?

Una din surse ar fi de exemplu uniformizarea pe care mama o face între copiii ei. Pe amândoi arată că îi iubește la fel. Nu e diferit, e la fel. La fel fiind, de unde mai provine unicitatea? Ea este anulată. Nu este "îmi iubesc copiii diferit, pe fiecare în alt fel, pe fiecare în felul său…", ci egal, în același fel. Acest lucru anulează unicitatea, anulează persoana. Se păstrează categoria. Intru în categoria copil. Orice copil e la fel cu altul. Poate fi oricând substituibil cu un altul. Și atunci nutresc spre cantitate. Îmi doresc mai mult. Să fiu iubit MAI mult. Sau măcar să nu-i iubești pe alții la fel. De aici un fel invidie pe "la fel". De ce are și ăla/aia ca mine?

Adesea părinții caută să cumpere copiilor lucruri la fel sau aceleași lucruri de culori diferite, ca să nu creeze discriminare între ei, să nu se simtă defavorizați. Dar în felul ăsta se creează un egalitarism comunist. O uniformizare care afectează specificul fiecăruia, ce are fiecare diferit. Nu contează ce facem, cum suntem etc. Suntem tratați la fel.

Mă bucur că îmi iei o haină. Ok, dar de ce trebuie să-i iei și lui/ei? De ce una la fel? De ce să-i iei ceva? De ce această echitate? De ce această politică corectă enervantă?

A fost un cadou sau o distribuire echitabilă a resurselor?

De ce distribuirea este pe nevoi (care sunt aproape la fel la majoritatea) și nu pe talente (distribuite inegal), pe calități, pe merite?

E comunism, nu meritocrație…

Oricât m-aș strădui, orice aș face, nu este nicio diferență. Mă compar tot timpul cu ceilalți (cu frații) și oricât de grozav/ă aș fi în comparație cu ei, nu este nicio diferență în rezultate – primim "echitabil", la fel… Dar resimt asta ca pe o inechitate în raport cu ce fac, cum fac, cu orice mă reprezintă…

Nu este nimic personal în asta. Nu este nimic specific, particular…

Vreau să am ceva unic cu tine (mamă/tată), doar al nostru. De ce trebuie să împart totul?
Nu pot dezvolta nimic intim cu voi. Totul devine ca un produs de serie, duplicat – ce am eu trebuie duplicat și pentru soră-mea/frate-meu (sau pluralul). Eu însumi/însămi mă simt că un produs de serie. De oi fi eu sau altul…
O altă sursă (atunci când nu sunt frați) dar mai puțin probabilă, ar fi atunci când sunt crescut de bunici împreună cu veri și am fost tratați la fel de bunici pe același principiu al egalității. De asemenea, și mai puțin probabil, am fost tratați în același mod la grădiniță în raport cu ceilalți colegi și/sau la școală. În aceste cazuri fratele este în sens larg, dar resimțit ca atare, fie că este văr, coleg, seamăn…
Un caz particular ar mai fi și atunci când nu am frați, dar unul din părinți adoptă rol de frate și îl reneagă sau abandonează pe cel de părinte, lăsându-l pe celălalt părinte să fie singura sursă de atenție/iubire rămasă pentru care să se lupte copilul. În acest caz poate apărea impulsul intens de competiție. Competiția cu părintele-frate poate lua și o turnură oedipiană dacă sexul copilului este diferit de cel cu rol de părinte. Dacă este similar acestuia, atunci pot apărea confuzii de identitate și un conflict sau competiție cu sexul opus.

37. Despre prețuire

"Cine valorizează puțin, valorifică puțin. Pentru că el vine cu o cupă pe măsură de mică să ia din șuvoiul darului care se revarsă." (Minamin)

Unii profită mult din cât li se dă, iar alții puțin. Ține de ei. Cum?
Prin cât preț pun ei pe asta. Cât prețuiesc, cât valorizează.

Dacă, de exemplu, cineva spune la un moment dat că viața într-o situație anume valorează puțin, va primi puțin din ce varsă viața în acel moment.
Viața, destinul... varsă tot atât cât varsă la un moment dat, dar dacă omul vine cu un recipient mic, pentru că prețuiește puțin, pentru a primi din ce se varsă, el cu atât rămâne, de atât beneficiază, cât încape în acel recipient. Restul, din ce se varsă, se risipește.
În schimb cel care prețuiește ce i se dă mai mult decât i se dă (decât debitul de viață ce poate curge la un moment dat), să zicem dublu, vine cu un recipient de două ori mai mare. În felul ăsta, el primește dublu. Cumva se dublează.
Deci "profitul" obținut din viață depinde de persoană. De câtă prețuire pune ea pe momentul de viață respectiv.
Acest lucru îl putem observa în relație cu orice – cu Dumnezeu, cu munca, cu prietenii, cu iubitul/iubita. Adică, cu orice situație concretă de viață sau viața în genere, destinul, profesie etc...
În concluzie, depinde câtă prețuire pui pe faptul că ești. Că ai ce ai, că ți se dă ce ți se dă.
Mulțumirea... cât de mult mulțumești pentru ce primești? Mulțumești dacă prețuiești...
Culmea că este valabil și invers. Prețuiești dacă mulțumești. Cumva mulţumeşti iac-așa, degeaba, în van, ca prostu', fără niciun motiv" şi te trezești că prețuiești. Nebunia este că dacă preţuieşti ieşi pe "profit, nu la figurat, la propriu. Nu este nevoie să mulțumești neapărat celuilalt, ci tu să fii mulțumit și să mulțumești în tine însuți pentru asta.

Deci, cine prețuiește puțin primește, "profită" puțin.
Dacă prețuiește puțin viața pe care o are într-un moment oarecare, va primi puțin din ea – bucurie sau pace sau sănătate sau diverse lucruri concrete...

Deci, "facă-se ție după credința ta" este similar cu "fie ție după prețuirea ta".
Dar prețuirea poate fi impulsionată de mulțumire, de sentimentul de mulțumire, care nu este altul decât cel de împlinire, de "e bine așa cum e..."
Dacă ne așezăm și ne "întrupăm" în acest sentiment (de fapt asta este un pleonasm – sentimentul în sine este o întrupare a mea în ființă – simt ființa, simt că sunt, simt că sunt într-un fel, simt ceva, fie chiar la nivelul celor cinci simțuri, adică o materializez în ec-sistență), atunci se produce și "profitul".
Ce e "profitul"?
Bucuria de a primi clipa care este. Și, astfel, a o trăi deplin. Restul, decurg de la sine.
Ce înseamnă de la sine?
"De la sine" înseamnă că Dumnezeu știe ce nevoi avem (oxigen, apă, mâncare etc.) și ni le dă fără să cerem. Dacă ne ofensează termenul de "Dumnezeu" putem să folosim ce vrem – Universul, Vidul cuantic etc. –, nu contează.
Deci nu trebuie să facem ceva, să avem ceva ca să fim mulțumiți, ci să fim mulțumiți ca să avem ceva, să primim. Gradul de mulțumire reprezintă gradul de prețuire, iar acesta este barometrul a ceea ce am cu adevărat. Și cu adevărat se va concretiza la nivelul cel mai brut al realității.

Deci, important este să simt mulțumirea, împlinirea.
Cum fac asta?
Iarăși acest cum...
Păi, realizând că am totul, chiar Totul... Sau totul mă cuprinde sau mă traversează. Nu contează expresia. Totul e total. Nu îi lipsește nimic, nu are nevoie de nicio îmbunătățire. De asemenea, acest tot este tot ceea ce este și este întreg, nu separat și segmentat. Nu există părți care să atace și să amenințe alte părți. Acest Tot este "Este-ul", este Ființa pe/prin care eu trăiesc.

La ce mă împotrivesc?
La ce este?
Ce îmi lipsește din Tot ce este?
Căci tot ce poate fi este deja...
Ce mă poate nemulțumi?
Că sunt?
Mulțumirea, în ultimă instanță, este un răspuns.
Simt că sunt. Știu că sunt...
Dar Vreau să fiu?
Sau nu...
Răspunsul la asta conduce sau nu la mulțumire.
Dacă nu vreau să fiu, dacă condiționez a fiul meu de "te miri ce", dacă am nişte pretenții... ca pruncul din povestea "Tinerețe fără bătrânețe și viață fără de moarte"... ne trezim în situația actuală, în povestea mundană.
Ideea este că povestea culeasă de Ispirescu are un final naspa...

Reflectând la relația dintre mulțumire și prețuire, precum și la relația dintre prețuire și dobândire, realizare...
La acea "înconjurare" de dorință de care vorbește Iisus în explicația rugăciunii...
Practic trăirea mulțumirii este cheia.
Și întrebarea nu este "cum" să fiu mulțumit, pentru că ajung iar în condiționare.
De fapt însăși această condiționare, ideea că mulțumirea mea depinde de nu știu ce, mă împiedică de a lăsa mulțumirea să fie. Pretențiile mele sunt piedica.
De obicei ne gândim la ce ne oprește să fim (ne)mulțumiți și ne pierdem în căutările astea. Ia să vedem, de ce sunt nemulțumit? Pe calea asta mă îndepărtez de problemă.
Adevărul e că nimic nu mă oprește de la mulțumire.
Doar eu, când mă gândesc la ce mă oprește sau ce mă poate opri…
Nemulțumirea este o împotrivire, deci ține de mine. E un efort conștient. O alegere. O producție proprie...

Mulțumirea nu este o producție proprie în sensul nemulțumirii, ci alegerea de a nu mă mai împotrivi, de a nu mai fi nemulțumit, de a da voie, de a face loc sentimentului că ceea ce este este și că asta este absolut suficient. Nu mai am nevoie de nimic altceva pentru a trăi asta, acest este, că sunt. Și simt că sunt… asta este mulțumirea…

Cine vrea mai mult, mai bine decât ce şi cum este în prezent, este veșnic nemulțumit.
Prin nemulțumire nu faci decât să-ți tai accesul la bucurie.
Pentru că nu prețuiești ce ai, ci ce ai putea avea...
Cine nu prețuiește, nu mulțumește. Cine nu mulțumește pentru ce are, nu prețuiește ce are.
Cine nu prețuiește, nu valorizează. Cine nu valorizează, nu valorifică nimic din ce are. Sau prea puțin...
Una din sursele suferinței umane este faptul că omul nu e niciodată mulțumit cu ce e și ce are. Vrea întotdeauna mai mult...
Speră întotdeauna la mai mult...
Îl omoară mai multul...
Sursa veșnicei nemulțumiri care îl împiedică să se bucure deplin în prezent, în acum și aici.
Astfel, se repetă un pattern legat de presiunea pe care o poți exercita pentru "mai binele" pe care îl dorești "ca să nu fie mai rău".
Nu cumva vrem să scăpăm de simțirea dorinței, să scăpăm de a simți?

Așa se întâmplă când suntem orientați prea mult spre exterior, spre a face, spre a determina în exterior la ceilalți diverse atitudini, comportamente... când nu suntem atenți la noi, la interior, la ce se întâmplă lăuntric. În acest fel lucrurile decurg automat în noi, așa cum au fost învățate/programate. Astfel, nu apare nicio schimbare și lucrurile tind să se repete la nesfârșit...

Pentru că noi vrem să schimbăm în exterior. Ne străduim să determinăm în exterior o schimbare... Spălăm paharul pe exterior, lăsâdu-l nespălat la interior. Cu toate că ține de noi să schimbăm la interior, noi ne axăm pe exterior.

Dincolo de faptul că nu avem nicio putere asupra exteriorului, asupra voinței, asupra simțirii și gândirii altor persoane, faptul că nu schimbăm nimic la noi, lucrurile tind să se repete.

E absurd să faci același lucru și să aștepți rezultate diferite.
În loc de absurd putem să spunem irațional sau alt sinonim...

Suntem prea preocupați să supunem pe ceilalți, universul din jur dorințelor noastre, lăsâdu-ne la rândul nostru supuși acestora. Supuși, dar nu trăindu-le. Supuși fiind, sclavi, vrem să scăpăm de ele, adică să le satisfacem.

Dacă le-am îmbrățișa și ne-am lăsa îmbrățișați de ele, le-am trăi. Nu am mai fi sclavii lor, supuși...

38. Despre spațiu și timp

Spațiul e simbolul libertății. E "materializarea" libertății. Sau, e ceea ce putem percepe ca libertate în aici...
Suntem în timp. Adică suntem în poveste. În epic. Distanța dintre evenimente creează ceea ce numim spațiu. E golul dintre sunete. Alternanța. Ritmul. Pulsul. Pulsația vieții așa cum o putem percepe la modul linear...
Libertatea absolută, deci, este nimicul absolut, adică un spațiu absolut. Nesegmentat și nediferențiat. Ca o sferă de rază nulă, ca să adoptăm metafora lui Mihai Șora...

În timp linear poate apărea înșiruirea. Narația, epopeea. Împletirea sorții și destinului.
În Brahmanism și Hinduism omul primordial, Purusha creează lumea prin sunetul primordial OM. În mitologia scandinavă primul gigant creat, Ymir, care înseamnă sunet/muzică a creat lumea tot prin sunet...
Am putea spune că e ca o coborâre din poezie/liric în proză.
Poezia/liricul/simțirea e în afara timpului. E în spațiu sau e însăși spațiul. Dar e un spațiu fără distanțe. Adică nu e împărțit/separat. E în același loc pentru că nu are un loc. E absolut, nu infinit. Timpul creează distanțele și un spațiu distanțial, segmentat. Adică infinit.
Deja la nivelul ăsta poezia, mistica, fizica cuantică și limbajul mitic sunt cam același lucru...
Intelectul apare în timp. În timpul linear. El înțelege desfășurând așa cum desfășori un ghem de sfoară. Simțirea e un ghem întreg în acum. De aceea îi e greu intelectului să priceapă simțirea.
Mintea obsesională vrea o desfășurare dreaptă a ghemului. E rigidă. Cea maleabilă acceptă și curbele, șerpuirile...
Blaga propunea ca metodă de cunoaștere a lumii în esența ei uimirea/mirarea. În felul ăsta, mintea tace. Nu mai desfășoară ghemul. Îl privește. Îl percepe întreg...

Aici există doar prin acum...
Iar, acolo, doar prin când...

"Când" este desfășurarea ghemului. Este ieșirea/intrarea în timp. Orientează/direcționează spre trecut sau viitor. Linearizează...

"Acum" este centrul de tranziție între absolut și infinit. În acum putem să întâlnim simțirea. În acum percepem

întreaga realitate, toată laolaltă, nesegmentată, neseparată...
Este curgerea naturală a viului, a simțirii, a emoțiilor.

Așa cum Eu (Eh) se "naște" prin Sunt (Yeh) ca Eu Sunt (EhYeh), tot așa Veșnicia "apare" în Timp ca Acum (Prezent, Prezență).
Asta este "Împărăția Cerurilor/Lui Dumnezeu".
"Împărăția Lui Dumnezeu este înlăuntrul vostru" (Luca, 17:21). Este, nu a fost și nu va fi...
Și îngustă este poarta de intrare, căci Acum abia se strecoară între trecut și viitor, mereu alergat de trecut și pândit de viitor.

Dacă viul, simțirea, emoțiile rămân captive într-o formă, imagine, idee, ideal în vederea creării unei permanențe, unei nemuriri în formă, își pierd viața. Apare un blocaj emoțional, un blocaj de trăire. Este ceea ce putem denumi emoții nerezolvate captive. Captive, pentru că ne-am agățat de ele, nu le-am lăsat să se ducă, să moară...
De fapt, să moară, înseamnă să se mistuie în focul viului forma (ideea, imaginea, obiectul sau subiectul de care e atașat/dependent). Aparent, e un paradox. Menținerea în formă a viului îi dă o structură, un sens aparent și o siguranță a permanenței, a stabilității, dar prin asta devine proză și își pierde din dinamica, din pâlpâirea flăcării, din poezie. Se pierde astfel lirismul care este întreg în clipa prezentă, în efemeritatea formei, în moment. Eternitatea viului este curgere continuă, dar tinde să se reverse, adică să se exprime în afară de sine. Exprimarea asta a viului dă naștere unei forme aparente de moment. Atașamentul de acea formă de exprimare constrânge/pune limite torentului viului. Sufocă viața, poezia ei, o forțează în poveste, în epic. Îi limitează spațiul de manifestare într-un cadru restrâns, îi formează o albie

de curgere artificială. Dar în felul ăsta, Flacăra viului se sufocă, tinde să se stingă.

Încercăm să compensăm acest lucru prin crearea de conflicte, de tensiuni, de contrarii/opozitii care să stimuleze mișcarea, dinamica, generând astfel aparența, surogat de viață.
Apare astfel umorul generat de contrarii. Comedia veselește prin alăturarea unor elemente contrare, creând constructe inadecvate ca penibilul și ridicolul.
Efectul este o reacție spasmodică superficială denumită veselie care are menirea de a substitui bucuria viului. Dar ea se așează pe un gol. Gol de viață.
Veselia e un clovn cu ochii goi și triști pe fața căruia e atașată o gură larg deschisă într-un râs exagerat.

Conflictul, însă, dă naștere la dramă. Surogatul de viață este generat aici în principal de vinovăție și frică, dar condimentat cu elemente de furie și ură.
Rezultatul este o poveste despre suferință ca ingredient fundamental pentru pasiune. Pasiunea este înlocuitorul trăirii viului, al iubirii. Ea este dependentă de conflict, de suferință. În zvârcolirea ei, în chinul ei, dă senzația de viață.
Dușmanul ei de moarte este monotonia, plictiseala, adică golul de viață, stingerea flăcării captivă în formă.

Tragedia este o categorie generată de tensiuni. Tensiunile sunt generate de credința în dualitate. Dualitatea mișcare-nemișcare, libertate-determinism, ființă-neființă...
În tragedie ființa, viul este captiv în formă, în cercul strâmt al destinului.
Există un magnetism între cele două. În același timp atracție și respingere. Se creează un câmp magnetic. Există o atracție puternică deopotrivă către ființă și neființă. Se creează o aparență de profunzime, de

adâncime și astfel de spiritualitate. Se încearcă libertatea, curgerea prin formă, prin fixitate.

Absurdul libertății prin siguranță. Rezultatul este eroismul. Cultul eroului care se opune destinului formei. Mai mult, se opune viului în absența formei. Prin asta se încearcă compensarea însăși a trăirii viului, a curgerii sale. E o opoziție, deci un război. Pacea e văzută ca neființă, războiul ca dinamică și, deci ca viață, ca ființă. Eroul se revoltă, scoate sabia, luptă... e viu, în pofida șanselor.
Trăiește din tensiunea opozițiilor. Are nevoie de un erou negativ, indiferent de cine sau ce ar fi acesta. El polarizează pentru a crea dinamica, mișcare de intensitate maximă, deci senzație de intensitate maximă de viu, de viață...

Și totuși, câmpul magnetic al tragediei este extrem de intens. Există aici o estetică, deci atracție a gloriei. O idolatrie a eroismului la începutul poveștii.
Apoi, toate forțele magnetice tind spre un catharsis al sfârșitului, al eliberării...
Splendoarea sfârșitului este recompensa finală a eroului, e apoteoza sa. La final, tragedia compensează viul cu neființa. În loc de eliberarea viului de captivitatea formei, are loc o eliberare a formei de viu, ca o stingere a focului viului, a suferinței din formă.

39. Despre a acorda spațiu...

În acest univers fizic (spațial/substanțial) pare prin percepții că spațiul este evident ceea ce este. Îl pot lua, îl pot ocupa, avea și da. Dar spațiul înseamnă dragoste, adică înseamnă căldură, apropiere, împreună. În desprinderea de împreună apare frica de distanțare – de

aici iluzia/percepția de distanță între punctul A și B, percepție infirmată de experimentele din fizica cuantică.
De asemenea, ideea amenințării, a pericolului s-a născut din ideea proprietății spațiului – terenul meu, teritoriul meu pe care trebuie să-l apăr, apare separarea/distanțarea.
De cine?
De aproapele?
De ce anume, când tot ce e e Ființa?
Prin apropierea de aproapele (oricine ar fi acesta) simt căldură, simt dragoste – adică spațiu, simt că am loc. Locuirea este întotdeauna cu cineva. A locui înseamnă a crea spațiu.
Deci, nu dau/acord/ofer spațiu, ci îl creez primind/apropiind pe/de aproapele – împărtășim ființă, suntem în pace. Nu împărțim ființă (asta-i a mea, asta-i a ta). Nu separăm și apoi apărăm, luăm partea și ne împotrivim, ne războim pe teritorii.
De asemenea, timpul se acordă, atunci când îl percep ca finit sau infinit. Îl percep astfel doar raportat la ideea unei finalități, scop...
Dacă există un scop, timpul este limitat, dacă nu, el este nelimitat, dar resimțit ca fără sens.
În afara scopului, dar în actul de atenție la cineva sau chiar ceva, timpul/iubirea este veșnicie/bucurie ce curge de la sine. Nu mai e nimic de acordat, pentru că nu mai e nimic propriu…

40. Despre a acorda Timp...

Timpul este o povară cumplită. O povară pe care o îndurăm greu. De aceea încercăm să omorâm timpul sau să fugim de el făcând ceva. E greu doar să fii, când simțim timpul, avem reflexul de a ne sustrage lui prin variate "faceri" – ne facem de lucru sau ne gândim la diverse.

Când simțim timpul, simțim un mare gol care se cere parcă umplut cu ceva.
Cu ce să umpli acest gol?
Cu ce să umpli timpul?
Să fii în timp sau să fii sub timp…
Când ești în timp, parcă ești într-un mare gol, într-un mare nimic, simți că te nimicește. Oare de ce?
Când ești sub timp, parcă te presează, te strivește…
Dar timpul este iubire…
Iubirea este acordare de timp…
A fi în timp înseamnă a iubi.
Când iubim pe cineva extrem, ne este mult mai ușor să murim pentru acesta decât să trăim pentru el. Ne este mult mai ușor să renunțăm la tot timpul nostru, decât să trăim în el cu persoana iubită.
Când iubim, ne vine să murim, ne vine să ne sfârșim, să dispărem. Intensitatea trăirii în timp este parcă istovitoare. Parcă am vrea să ne eliberăm de truda de a trăi. Nu poți trudi în afara timpului…
A iubi înseamnă a îndura timpul. A îndura timpul înseamnă răbdare.
Răbdare să ce?
Răbdare să fii… cu tine, cu oricine… în timp, în iubire…
Oamenii văd Veșnicia ca pe un sfârșit al Timpului. Ce a început, trebuie să se sfârșească (eschatologia). Alții îl văd ca pe un ciclu, ca o veșnică reîntoarcere, ca un fel de buclă temporală nesfârșită în care se repetă…
Ce se repetă?
Ceva…
Iată cât de important este ceva. Umple timpul. Nici nu mai poți să faci diferența dintre timp și ceva ce-l umple. De aceea ceva devine "în timp" iubire, dovadă de iubire. Mă gândesc la tine. Am făcut asta pentru tine… sau pentru mine.
Dar dacă nu mai am ce face?
Dacă nu-mi mai vine să fac?

Adică dacă nu mai am cu ce să umplu timpul?
Dispare timpul?
Dispare iubirea?

Adeseori, de-a lungul timpului, putem observa oamenii, de exemplu părinți, care își dau bucuros viața pentru copiii lor, dar în viață fiind, nu au răbdare cu aceștia…
De asemenea, iubiți care la fel de ușor își dau viața unul pentru altul, dar le este greu să treacă proba timpului, fiind împreună…

Când spun Te iubesc, spun vreau să fii. Dar nu pot să spun asta dacă mai înainte nu știu, cred că ești, dacă nu te văd. Dar ca să te pot vedea, este necesar să te simt, adică să te primesc. Pentru a te primi este necesar ca tu să fii deja – asta presupune să te lași să fii așa cum ești deja.
Deci, când spun Te iubesc, spun mulțumesc că ești ca să te pot primi pentru a simți dragoste, ca să te văd pentru a te ști, iubi.
Când spun Te iubesc, spun vreau să fii (să fiu) veșnic.
Când spun Te iubesc, spun mulțumesc că ești – îți mulțumesc că te iubesc.

41. Despre libertate și constrângere/forță

"Nu există libertate, ci doar (cineva) liber. Asta e puterea absolută. În rest, e doar constrângere de a fi într-un fel." (Minamin)

"Cineva luând act de faptul că este, simte că este, spune simt, mă simt, mă simt Eu. A FI este, prin faptul că Este, o limitare, o constrângere pentru Cineva, pentru Eu chiar prin evidenţa izbitoare a faptului că este. Chiar în momentul în care simt că sunt, simt că sunt într-un mod de-finit, constrâns întru A FI."

Constrângere înseamnă în acest context a fi într-un fel, într-o modalitate de a fi. Orice este este într-un fel sau într-o infinitate, îi este caracteristic un mod sau o infinitate de a fi-i. Dar nu oricine. Oricine nu este supus ființei, a tot ce este, oricum ar fi, ci ce este este supus conjugării de către cineva. Cineva actează. Cineva conjugă verbele ca acțiuni ființiale sau ca acțiuni asupra ființei.
În ființare (în actul de a fi), indiferent care, sunt-ul meu este con-strâns (strâns împreună). Se întâmplă asta atunci când încerc să separ Ființa în bucăți pentru a aduna din ea părți pentru mine. Îmi tocmesc o ființă proprie din Ființa care e toată una, neseparată. Asta se întâmplă când ne cramponăm de ființă să facem din ea ceva propriu cu care să ne identificăm.
Identificarea cu ceva a Cinevaului este renunțarea la a fi liber prin a avea ceva, pe sine, apoi prin a face ceva care să mențină acest ceva propriu, pe care îl recunoaște ca al său în raport cu alteritatea – ce nu e al său. Apare astfel nevoia de a apăra ce este al său pentru că prin asta se recunoaște a fi el – ceva împropriat cu care s-a identificat, ceva în care s-a oglindit.
Prin oglindire însă, nu mai vede decât cevaul împărțit în infinitate, iar ce nu este identificat ca al său este alt-ceva de care se teme că i-ar altera identitatea și astfel că s-ar putea pierde pe sine. Resimte această posibilitate ca o dispariție a sa, ca Cinevaul care liber este de orice ceva. Se bazează pe cevaul pe care l-a strâns și crede că îl are al său ca proprium sine, nu pe Cine liber este.
Oamenii numesc aceasta constrângere putere, uitând de adevărata putere absolută aflată în Eu (Cineva)/liber sunt. Constrângerea este o forțare, o forță exercitată asupra ceva pentru a determina ceva. În cel mai "bun caz" ea acționează asupra ceva, niciodată asupra Cinevaului, eventual asupra cevaului pe care cineva îl consideră al său, propriu. Constrângerea, fiind o forțare, este

consumatoare de energie. Fiind o forță (ceva) exercitată asupra alt-ceva, va întâmpina o contraforță echivalentă. Este adevărat că apare o modificare în câmpul situațional al ființării ce poate crea iluzia puterii de a modifica. De fapt modificarea apare efectiv, numai că nu în sensul obiectivului scontat. Dar iluzia puterii s-a constituit pe diferența dintre starea anterioară și cea ulterioară exercitării forței.
Oamenii numesc acest act de forțare stăpânire. Prin această forțare, impunere ei se fac stăpâni pe sine (cevaul cu care s-au identificat, în care s-au oglindit ca în Mitul lui Narcis), pe orice altceva, precum și pe cevaul propriu al altora, iluzionându-se că se fac stăpâni chiar pe aceștia (pe cineva). Actul violent extrem este semnul acestei iluzii, precum și slăbiciunea supremă a forței care nu poate supune pe cineva, nu poate avea stăpânire asupra lui liber sunt. Forțarea, constrângerea nu poate con-strânge Cinevaul (liber sunt – substantivat "libertatea"), pentru că acesta nu este niciun ceva care să poată fi strâns și avut.

Cel mai relevant exemplu pentru dinamica dintre libertate și constrângere îl constituie relația de cuplu. Aici sunt doi cineva (libertăți), fiecare cu propriul său, aflați pe muchia de cuțit între libertatea de "a fi" împreună și constrângerea de "a face" împreună.

Într-un cuplu (și în orice altă relație cu cineva) nu poți să fii "liber" să faci ce vrei cu celălalt (Cineva).
Poți fi liber să faci ce vrei cu tine (cu propriul tău). Chiar și aici vrutul e limitat de putut. Poți să faci ce vrei cu tine din ce poți.
Fiind însă cu cineva, ești liber să faci ce vrei.
Dar dacă celălalt nu vrea/dorește aceleași lucruri, atunci tu ai o frustrare că el nu vrea/dorește ca tine.
Tu poți să faci acele lucruri pe care le vrei, dar nu împreună cu el. Același lucru este valabil și pentru celălalt.

Ce răspuns dăm în condițiile astea?
Acceptăm așa sau nu?
Suntem de acord cu asta sau nu?
Dacă suntem de acord, atunci totul curge mai departe așa cum vine, fără alte așteptări. Ne bucurăm de ce se arată a fi la momentul respectiv.
Dacă nu suntem de acord, atunci ce facem?
Continuăm să așteptăm ce nu va fi?
Ne străduim/forțăm să ce? Cu ce costuri?
Sau plecăm?
Ce câștigăm și ce pierdem în toate variantele?
Ce alegem?

Întrebarea principală ar fi: ce este mai important, "ce facem" când suntem împreună sau "a fi împreună"?
Dorințele (fricile, nevrutele etc.), sau a fi cu celălalt?
Dacă în primul rând îți dorești să fii cu celălalt, iar dorințele sunt în plan secundar, atunci te simți liber. Frustrările din neîmplinirea dorințelor în acest caz sunt mici sau deloc. Pentru că cea mai mare dorință este împlinită și ea împlinește... Pentru că mulțumește deplin.
Dacă nu este suficient, atunci apare dilema: singur deci liber sau împreună și neliber, pentru că vreau ca și tu să vrei ca mine – ori asta nu ține de mine (deci neputință, frustrare etc.).
Dacă pentru ambii cel mai important este să fie împreună, atunci se vor simți liberi. Nu-și vor impune unul altuia dorințe și vrute...
Nu o vor ține pe a lor (proprietăți, idei, dorințe, drepturi, corectitudini etc. etc.), ci vor fi bucuroși să împlinească dorința celuilalt. Vor simți să dăruie, nu să primească. Vor fi împliniți dăruind, nu dobândind.
Dacă sunt pe apucate, atunci nu știu dacă se pune problema de doresc/vreau să fiu cu tine (de iubire?), ci mai degrabă de doresc/vreau să-mi satisfac dorințele, vrutele cu tine. E o utilizare...

În ultima variantă mă simt constrâns, "neliber să fac ce vreau"... atunci cand tu nu te conformezi, deci nu am cu cine...
Și cum puțini oameni iubesc, ci mai degrabă doresc să fie iubiți, să primească, majoritatea se încadrează în ultimă descriere. Majoritatea se simt neliberi tocmai pentru că nu-și pot satisface propriile dorințe cu celălalt. Poate parțial. Dar oamenii sunt nemulțumiți și vor totul. Dacă un pic nu se întâmplă cum vor, în acea parte se simt neliberi. Ei confunda libertatea cu "fac ce vreau". Libertatea nu ține de a face, de faptă. Ea ține de posibilitatea de a-mi da acordul sau nu. Iar asta nu se poate pierde niciodată.
A face ce vrei este interpretat de ei ca îndeplinirea dorințelor. Puterea de a le îndeplini, de a reuși să le satisfaci. Ori asta este atotputernicie, nu libertate.
Avem libertatea de a încerca, nu de a reuși. Reușita ține de putut. Avem libertatea de a alege ce să facem, nu de a face. A face ține de putut.

"Nu pot să fac ce vreau" este o lamentare contradictorie. Ce vreau e una, ce pot e alta. Vreau are jurisdicție în alegere. Pot are jurisdicție în realizare, în a face.
Ce vrei? e o întrebare.
Ce pot face? e alta.
Această limitare datorită lipsei de atotputință, oamenii o numesc nelibertate. Dar nu este nelibertate. Nu libertatea este limitată, ci putința (a se interpreta forță/forțare în sensul arătat mai sus).
Omul se lamentează de fapt de neputință, nu de nelibertate. Cu nelibertatea trăiește chiar foarte bine. De libertate de fapt fuge el cel mai mult. Din cauza responsabilității ei este el înfricoșat și chiar se simte limitat. Culmea, responsabilitatea libertății îi dă senzația de nelibertate (de constrângere).
Oamenii, când se simt neliberi, se simt de fapt neputincioși (să-și satisfacă dorințele). Se simt

neputincioși în fața voinței, libertății celorlalți. Se exprimă că se simt neliberi, dar de fapt se simt neputincioși.
Este o realitate cu care nu se împacă, pe care nu o acceptă. Că nu au cum să nu fie liberi, deci nonresponsabili și că sunt de fapt neputincioși (nu sunt atotputernici în raport cu universul), dar mai ales în raport cu libertatea celorlalți.

Pentru oameni, "NU" dă senzația de mai multă putere decât "DA".
"Cum deodată devii puternic atunci când îi spui celuilalt NU"...

Este doar o senzatie...
"Eu vreau să mă plimb singur" este un da.
De ce "nu" vreau cu tine?
Pentru că vreau doar cu mine sau cu altcineva. Nu este un "nu" la tine ci este un "da" în altă parte. Este libertatea mea – preferința mea. Nu este puterea mea asupra ta, ci este lipsa puterii (forței) tale în privința libertății mele.
Nicio libertate nu are putere asupra altei libertăți.
Dacă ar avea putere, nu ar mai fi libertate. Ar fi forță, viol, violență.

Cum am arătat, libertatea nu este forță, putință. Libertatea totală este soră cu atotneputincioșia, pentru că ea nu poate con-strânge niciun ceva (Nimic).
Libertatea nu poate fi limitată de constrângere pentru că libertatea nu forțează nimic.
Împlinirea dorințelor necesită forță/constrângere, nu libertate.
De aia oamenii tânjesc după putere (forță/constrângere). Manipulează prin milă, frică, vinovăție... ca să obțină împlinirea dorințelor. Nu-i interesează libertatea, ci satisfacerea dorințelor. Ei resimt că nu sunt liberi (se simt

constrânși, neliberi), atunci când cineva nu se conformează, supune dorințelor lor.
Neputința (de constrângere a) libertății e o realitate pentru noi toți. Deci nimeni, nici Dumnezeu, nici moartea, nici soarta, nimic nu are putere asupra libertății – doar asupra cevaului, a faptelor...
Dacă noi numim libertate a supune libertatea altora, să facă, să vrea ce vrem noi, atunci suntem în eroare. Aia e doar forță (de constrângere). Iar puterea asupra libertății nu există. De aia se numește libertate, că nu există nimic care să o determine, să o condiționeze. Ea este puterea supremă care constă în atotneputincioșia asupra Totului și asupra Cuiva, fiind Cinevaul însuși.
Dacă îmi dau acordul, libertatea nu poate fi luată, diminuată, atacată etc... Ea e nimicul absolut...
Este vorba că în ființare suntem ispitiți să identificăm asta cu libertatea de mișcare de exemplu. Sau cu cât spațiu avem...
Astea ni se pot lua sau limita sau...
Este necesar să ne amintim mereu Cine suntem în profunzimea lăuntrului nostru...
Nici lui Yeshua e Meshyha nu i-a fost ușor, dar a mers pe calea asta a dăruirii.
Să dărui viața, dar și mai mult, libertatea aparentă, exprimarea ei aparentă... Acordul pentru asta... Smerenia totală...

E copleșitor...
Ideea ar fi aici, să nu îmi mai condiționez libertatea de libertatea exterioară.
Să nu mai asociez subconștient libertatea cu lipsa de constrângeri, chiar și fizice...
Adică să mă simt liber chiar și maxim de constrâns. Chiar și în pușcărie. Chiar și dacă aș fi omorât...
Să dau voie absolut oricărei nedreptăți, incorectitudini să fie. Să mă las, în ultimă instanță omorât…

Greu. Foarte greu...
Dar ține în totalitate de mine. Este absolut în puterea mea. Este puterea mea absolută... să renunț la tot. Chiar și la libertate. Eliberarea de libertate ar fi libertatea totală. Chiar și de principiul libertății, chiar și de trăirea acesteia... Ar fi puterea totală...
Cel mai ușor lucru de făcut... și cel mai greu.
Doar să-mi dau acordul. Atât.

42. Despre dorință

Copilul care-și dorește neapărat ceva, jucăria, pe cineva cu care să se joace, trece amețitor de la rugăminți la amenințări, de la a apuca cu violență, cu siluire la respingere, la lovire...
Nu poate sta cu dorința lui, nu poate trăi emoțiile pe care le simte, ci le ejaculează, le scuipă imediat în acțiuni, care sunt scălâmbăieli contradictorii...
Copilul se izbește de vrerea/nevrerea, de dorința/nedorința celuilalt ca de un zid și cu furie lovește în el sau cu disperare se roagă la el... până când își va accepta neputința și doar atunci, în libertatea acesteia, va putea trăi.

Nu prea ai cum să nu-ți dorești să nu vrei/intenționezi. Cumva asta nu ține de tine.
Doar să nu faci nimic pentru a-ți satisface dorința/vrerea ține de tine – a nu mai cere, a nu mai face.
Dar acest a nu mai cere și a nu mai face "se opune" la ce simți ca dorință și care te "împinge" la a face ceva să o împlinești. Sau te împinge să faci ceva să înlături dorința, să nu o mai simți, tot un a face, dar îndreptat nu spre împlinirea dorinței, ci spre anularea ei.

A nu face nimic, înseamnă să nu faci nimic nici în vederea satisfacerii dorinței, nici să o anulezi/reprimi, ci să trăiești cu dorința, cu ce simți fără să te împotrivești acesteia sau celor care "se opun" satisfacerii ei (care nu doresc același lucru ca și tine).

Cei care nu fac nimic în privința dorinței, oricărei emoții (nici să o satisfacă, nici să o reprime) sunt copleșiți de acea emoție. Fuga de această copleșire îi face să reprime dorința sau să o consume printr-un act asupra unui "obiect" al dorinței/emoției. Cu alte cuvinte, când emoția respectivă se poate satisface (descărca) cu cineva, acesta devine "obiect" al dorinței, utilizat în vederea satisfacerii acesteia. Când acest cineva, această persoană, nu "conlucrează" la satisfacerea dorinței, este resimțit ca și când s-ar opune dorinței mele, mi se opune, se opune la a-și accepta statutul de "obiect" al dorinței mele. De aceea îi urăsc libertatea și statutul de persoană pentru că vreau să-l reduc la cel de obiect al dorinței mele. Uneori exprimarea poate fi poetică "lasă-te iubit...", "lasă-mă să te iubesc..." etc., dar de fapt se exprimă această intenție de a supune. Dacă mi se opune, atunci încerc să îl determin să facă ce vreau eu, adică să-mi satisfac dorințele, nevoile cu el în feluri de la cele mai grobiene și primitive (violență/viol) până la cele mai subtile (manipulare rafinată, care, dacă nu are efectul scontat, tot la violenta ajunge).

În cazul aplicării manipulării sau șantajelor sau agresiunii pentru satisfacerea dorințelor, efectul asupra oamenilor liberi, maturi, sănătoși este de îndepărtare a acestora (contrar intențiilor inițiale). Aceștia abia așteaptă să scape de așa ceva, li se pare toxic, dăunător, horror...
Manipularea funcționează relativ la infantili, la dependenți, codependenți, nesănătoși psihic. Aici apare un conflict, pentru că manipulatorul își vede eficiența

manipulării, este satisfăcut de faptul că își poate satisface dorințele cu obiectul/subiectul dorinței, dar nu este mulțumit de deficiențele celui manipulat (dependente, infantilism etc.).

Iar, dacă își reprimă emoțiile, dorințele, se îmbolnăvește fizic…

43. Despre renunțare și acceptare

Cu greu se poate face diferența între conceptul de renunțare și cel de predare, a (te) lăsa.

Când renunți, o faci după ce te-ai luptat până la epuizare, după ce ai făcut eforturi uriașe și ți-ai sfârșit toată energia. În final, rămâi secătuit de vlagă și nu mai ai puterea nici măcar de a dori...
Ce te-a adus până aici?
Speranța că vei putea să obții/determini un anumit rezultat dorit. Nu ai lăsat, nu ai dat drumul, decât atunci când nu ai mai putut. De aceea în renunțare se trăiește extrem de intens "nu pot". Mai mult, în această fază, nu mai ai energie să poți, să poftești, să-ți dorești altceva. Starea seamănă cu o apatie. Se pierde pofta de viață în general.

A te preda este altceva. Este o alegere de a nu mai lupta, de a nu mă mai opune, de a nu mai stărui în războiul cu obstacolul care se interpune între mine și obiectul dorinței mele. Nu mă mai agăț de speranța că dacă insist, dacă mă străduiesc până la "capăt" (care nu este altul decât cel al renunțării), voi putea atinge acel rezultat, împlinirea dorinței mele. Când mă predau, o fac când încă pot să mai lupt. De aceea, în predare este "pot", pe când în renunțare este "nu (mai) pot".

Credința că dacă insiști, dacă vrei foarte mult și depui eforturi uriașe o să reușești este una limitativă și distrugătoare. Este o credință utilizată destul de des în cultura tradițională, dar și în cea actuală. Sloganul "dacă vrei, poți" este destul de des auzit. Adeseori, în pofida evidenței că nu ține de mine, îmi încordez "mușchii voinței" pentru a determina ceva din afara jurisdicției puterii mele. Mai rău, pot crede că pot avea putere asupra unei alte voințe, că îi pot determina direcția alegerii. Și mai rău este că eu cred că pot determina ce să simtă o altă ființă... când nu pot determina nici ce simt eu.
Este o credință în baza căreia aleg și acționez frustrându-mă, suferind, chinuindu-mă.

Deci, a mă preda, înseamnă a alege să fac altceva decât a merge până la capăt. În economie, într-o afacere de exemplu, asta înseamnă a face o schimbare și a nu insista până la faliment. În război, înseamnă a mă preda la momentul în care nu sunt distrus/învins total.
Renunțarea deci nu este o alegere, ci o cădere din lipsă de resurse. Într-un fel, este finalul unui kamikaze. Este acel am făcut tot ce am putut până în pânzele albe, am mers până la capăt. Aceste deziderate/slogane sunt valorizate cultural. Sunt considerate ceva bun. Un om care face așa este un om care "nu se dă bătut", are ambiție, nu renunță așa ușor…

A nu renunța, a merge până la capăt, indiferent care ar fi acela, cu orice costuri, are valențe eroice. Iată de ce "a nu renunța", decât la final, când totul este distrus iremediabil este o valoare de care te lepezi cu greu. Pe de altă parte, dacă nu ai făcut "absolut tot ce ai putut", te vei învinovăți. Iar vinovăția este bau-bau-ul suprem pentru oamenii civilizați în cultura eroului.

44. De asemenea, este necesară **deosebirea dintre acceptare și alegere**

Accept ceea ce nu ține de mine, când nu am de ales decât între a mă împotrivi la ceea ce nu ține de mine, în fața căruia/căreia oricum nu am nicio putere – deci împotrivirea mea nu face nicio diferență – sau a lăsa să se întâmple ceea ce oricum s-ar întâmpla în pofida împotrivirii mele. În cazul în care aleg să mă împotrivesc, împotrivirea mea ar produce eventual nervi sau un accident vascular, dar nu și o rezolvare a ceea ce doresc. Deci, și la acest nivel al acceptării avem de ales între acceptare (a lăsa) și neacceptare (a mă împotrivi ca prostu', fără niciun efect, fără rost).

Însă în situațiile în care ține de mine, am de ales, de decis ce să fac, ce atitudine aleg, nu să accept. În aceste situații, am de ales, pe de o parte, să mă împotrivesc în diferite moduri la ceva și, pe de alta, între diferite opțiuni de a face sau a nu face ceva.

A spune "accept să fac asta…" sau "accept să-mi faci asta…" este impropriu înțelesului de acceptare. În aceste cazuri exprimarea corectă este "aleg să fac asta…" sau "îți permit să-mi faci asta…", pentru că ține de mine. Alegerea ține întotdeauna de mine. În acceptare este o alegere minimă între a lăsa să fie ceea ce oricum ar fi indiferent ce aș face eu sau a mă împotrivi fără sorți de succes, poate eventual cu senzația că am făcut ceva, nu am stat ca prostu', chiar dacă împotrivirea mea a fost în van.
În concluzie, când nu ține de mine, accept, când ține de mine aleg să fac.

45. Despre asumare

Oamenii înțeleg greșit asumarea. Ei cred că asumarea îi ferește de consecințe, de trăirea acestora, pe când asumarea înseamnă tocmai trăirea, îndurarea consecințelor în împăcare.
Dacă te doare nu înseamnă că ești neasumat.
Asumat înseamnă că eu aleg ceva asumându-mi riscuri.
Ce riscuri?
Să pierd sau să mi se întâmple ceva nedorit…
În ambele cazuri simt durere, frustrare etc. în mod firesc. A fi asumat înseamnă deci a trăi durerea (pentru că ăsta este riscul asumat). A suporta consecințele înseamnă asta, să trăiesc durerea. Asumarea nu înseamnă că eu nu mai suport consecințele, ci din contră…
Formula este următoarea:
Cu toate că o să mă doară de mă ia dracu (îmi asum asta), decid asta.
A nu fi asumat/ă este atunci când zici că ți-ai asumat, dar aștepți să nu te doară, să nu suporți consecințele alegerii tale. Este absurd… Păi, atunci ce mai este asumarea? Asumarea este responsabilitatea. Adică cineva răspunde, plătește pentru această alegere/decizie atunci când iese naspa și câștigă când iese bine. Adică îmi asum și pierderea și câștigul. Dacă pierd plâng, mă doare, dacă câștig râd, mă bucur… Mi le asum pe amândouă după caz…
Ce înțeleg oamenii prin asumare?
Că dacă declari verbal că îți asumi ceva, în caz că se întâmplă ceva naspa nu te mai atinge? Nu te mai doare?
E ca și cum ai zice că dacă te arunci în cap în piscina fără apă și zici că îți asumi consecințele/responsabilitatea (așa vrei tu), în cazul când o faci și ți se rup picioarele ești mirat că te doare???
Ciudată logică…
Un alt exemplu:

Mă bag într-un joc – să zicem la loto – și îmi dau ultimii bani sau din puținul meu ca să joc, cu speranța de a câștiga și nu câștig.
În mod firesc îmi vor lipsi banii aceia și voi simți lipsa lor în lipsa pâinii sau a ce prejudicii mai pot suferi din cauza aceasta. Dacă regret ce am făcut, și zic că nu o să mai fac asta niciodată, că ce prost am fost, că m-am luat după..., înseamnă că nu mi-am asumat consecințele. Dacă nu regret, chiar dacă mă doare, chiar dacă sufăr de pe urma actului meu, atunci sunt asumat.
Asumarea/responsabilitatea înseamnă că nu mai învinuiesc pe nimeni pentru consecințele pe care le suport/trăiesc eu. Nici pe mine nu mă învinovățesc și pedepsesc. Le accept (nu mă împotrivesc lor, nu încerc să scap de ele) și le trăiesc, fie cu durere într-un caz, fie cu bucurie în celălalt…

46. Și diferența între "a lăsa să fie" și "de-lăsare"

„Dă-mi Doamne puterea de a accepta ceea ce nu pot schimba, curajul de a schimba ceea ce-mi stă în putinţă şi înţelepciunea pentru a face diferenţa între ele!” ("Rugăciunea seninătăţii" a lui Reinhold Niebuhr)

Când ne identificăm cu ceva, cu ce avem, cu felul de a fi, de a face, cu comportamentul, cu felul de a gândi etc. – când spunem "ăsta sunt eu" – se creează ideea că ăsta sunt eu (ca un dat), nu că așa aleg să mă comport eu.
Și atunci, datorită acestei identificări, fie mă resping pe mine (resping a fi-ul meu, pe "eu sunt"), dacă voi percepe ce am, felul meu de a face etc. ca fiind ceva de nedorit, fie mă mândresc cu asta ca și când eu sunt asta, nu doar un fel de a face ales de mine la momentul respectiv.
Adeseori spunem că ne place de noi în anumite momente, iar în altele, nu. A spune asta, este o greșeală "tehnică",

pe care o facem datorită identificării cu "felul nostru dat" de a fi (de exemplu corpul) și/sau cu "felul ales" (de exemplu atitudinile, stilul de expresie, comportamentul, faptele și altele asemenea). Dar odată ce am făcut această "greșeală", suntem dependenți de ceva ce nu ține de noi, daturile cu care ne-am născut de exemplu sau cu felul obișnuit de a gândi, comporta etc. Acestea din urmă, mai ales, au o dinamică mai mare decât primele, astfel că ieri mi-a plăcut ce/cum am făcut, iar azi nu prea, dar mă exprim că "ieri mi-a plăcut de mine", iar "azi nu-mi mai place de mine" și "aș vrea să fiu iar ca ieri".
Nu eu sunt perfect datorită dotării și funcționării mele și nici nu sunt greșit datorită acestora, ci eu doar sunt și pe acestea le am (sau aleg să fac într-un fel) la un moment dat sau nu.
Când le am (sau aleg să fac într-un fel), ele nu mă definesc. Ele sunt ca ustensilele. Ca o șurubelniță, de exemplu. Nu mă definește șurubelnița. Eu sunt eu și doar sunt. "Șurubelnița" poate fi mintea mea sau picioarele mele. Cum o utilizez, e altceva. Dar nu sunt eu. Șurubelnița aste un dat (defectă sau nu – nu ține de mine, deci o accept sau nu, oricum nu am ce face). Ce fac eu cu asta, cum o utilizez ("prost" sau "bine"), ține de mine. A alege să o utilizez într-un fel sau altul, să o utilizez disfuncțional sau funcțional raportat la ceva anume ține de mine.
Este posibil să fi fost învățat (de părinți, de cultură, de credințe etc.) să o folosesc într-un fel disfuncțional în raport cu scopul ei. Atunci se numește că am deprins o practică care nu mă conduce la scopul vizat. Prejudecățile sunt handicapante funcțional, pentru că mă opresc de a ajunge la obiectiv – de a cunoaște, de a vedea, a auzi, a gusta etc., apoi a realiza. Ele îmi induc ce gust să simt, îmi spun cum stau lucrurile înainte de a vedea cum stau lucrurile, uitându-mă la ele sau pipăindu-le. Așa că mă opresc de a cunoaște. Rezultatul este că nu o să cunosc

cum sunt lucrurile, ci le voi "vedea" în conformitate cu șabloanele culese de nu știu unde – pre-judecăţi, formule de-a gata. Eu nu mai gândesc. S-a gândit deja înainte.
Am o șurubelniță, am o minte, am organe de simț bune, dar nu le folosesc sau le folosesc prost. Efectul este ca și când nu le-aș avea, ca și când le-aș avea stricate. De aici handicapul funcțional, ca și când ar fi unul dat.
Să îmi utilizez daturile, instrumentele într-un fel, ține de mine, este o alegere, e un a face cum este mai bine (să îmi folosesc mintea, vederea, auzul, experimentarea etc.), nu o acceptare. Accept doar atunci când nu ține de mine. Dacă sunt dotat cu o minte defectă, atunci nu am ce face. O accept sau nu. Eventual, am de ales ce pot să fac eu cu această minte, cu această șurubelniță defectă. Atât. Asta am în dotare și trebuie să văd cum mă descurc cu asta.
Deci...
Așa-ul meu poate fi un "dat" și un "ce aleg eu să fac" cu el – funcționarea.
Am aceste picioare – este un "așa dat" (morfologia anatomică – o accept sau nu).
Ce și cum fac eu cu aceste picioare – este un "așa funcțional". Asta nu este de acceptat, pentru că ține de mine ce și cum fac. Aici pot să aleg, să schimb, să nu mai fac așa, ci altfel. Greutatea stă în inerția obișnuinței, în necunoaștere etc.
Aici este de lucrat și practicat. Nu la cele care sunt date și sunt în afara ariei mele de putere, care nu țin de mine. Acolo este de acceptat sau nu. Dacă nu accept, mă împotrivesc ca prostu' la vântul care bate și sufăr…
Foarte important este să discern între ce ține de mine și ce nu. Că altfel ajung să accept ce ține de mine să fac (și nu fac nimic), în loc să aleg să fac cum vreau și, pe de altă parte, să încerc să schimb ce nu ține de mine. Stupid.
Deci…
"Eu sunt" nu este așa-ul meu (nici chiar cel dat) – mi s-a dat, am dobândit un așa, de exemplu corpul care nu-l

reprezintă pe "eu sunt". Corpul este ca un radio care redă, exprimă postul de radio captat pe frecvenţa cutare. Este instrumentul de exprimare a eului aici și acum. Este posibil să fie un instrument nu prea bun de redare, dar asta e. Dacă nu îl accept, ce pot face? Să nu mă mai exprim prin el (să mor, să mă sinucid sau să mă lamentez, să-l resping, să-l distrug în felul ăsta indirect și cam atât). Dar când mă identific cu instrumentul, cu corpul de pildă (când spun eu sunt corpul) respingând, neacceptând așa-ul dat zic că mă resping pe mine în sensul de "eu sunt".
În sens extins, "eu sunt" se poate identifica și cu așa-ul funcțional – comportamente, deprinderi, credințe etc. (de multe ori și cu achizițiile, cum ar fi cu bicicleta). Dacă le respinge pe astea, simte că se respinge pe sine în sensul de "eu sunt". În primul rând, aici nu este vorba de acceptare, pentru că aici este de a alege să faci într-un fel sau altul. Ori el dacă se identifică cu acest mod de a fi, de a face într-un fel, dacă renunță la asta, simte că renunță la el. Cum-ul nu este un dat, deci e de ales. A îl respinge, nu înseamnă că mă resping pe mine în sensul de "eu sunt" și nu e nici măcar un dat (cum ar fi corpul). Dacă resping felul de a gândi, de cum utilizez gândirea, nu resping gândirea pe care o am în dotare (datul) și în niciun caz pe "eu sunt" care o are în dotare.
Deci…
Dacă eu am de ales să nu mă mai folosesc de prejudecăți în cunoașterea și relaționarea cu lumea, cu oamenii, cu acțiunile etc. și să aleg o altă abordare, cum ar fi experimentarea personală, nu înseamnă că mă resping pe mine, că renunț la mine, că nu mă accept etc. Pentru că nu este vorba despre mine aici (în sensul de "eu sunt"), ci despre cum aleg eu să fac lucruri, despre deprinderi, despre obiceiuri…
Dacă mă identific cu un obicei (prost/bun, dăunător sau nu...) și spun că asta sunt eu (ca foarte mulți oameni care se identifică nu doar cu daturile, cum ar fi corpul, ci și cu

felul de a face lucrurile), atunci avem de-a face cu o gravă depersonalizare – identificarea lui cineva cu ceva.
Interesant cum oamenii tind să-și respingă, să nu își accepte daturile (cum ar fi corpul), dar nu renunță în ruptul capului la felul cum au învățat să le utilizeze, la stilul lor de a face ceva, la obiceiuri, la cum. Mai degrabă se identifică cu felul de a face un lucru decât cu ce au (minte, picioare etc.). Pentru că daturile nu țin de ei. Le-au primit. Pe când felul cum fac un lucru este o alegere, este o creație a lor (ca senzație, că de obicei este învățat de la părinți și din mediu cultural). Le e greu să renunțe la cum-ul lor, chiar dacă este naspa.
Ei se vaită mai degrabă că nu le sunt acceptate felurile (idioate sau nu de a face un lucru), mai puțin cum au picioarele… În ultima situație, dacă nu îmi accepți picioarele, nu mă afectează așa tare, atâta vreme cât eu le accept. Dacă însă eu nu le accept, mă doare dacă tu nu le accepți. Pentru că în acel moment le voi respinge și mai tare eu însumi. Aș vrea ca tu să mi le accepți, ca să le accept și eu.
"Eu sunt" nici nu este luat în calcul, e prea inefabil. Prea puțini oameni sunt conștienți de acesta, de ei.
Nu de puține ori felul în care alegem să utilizăm așa-ul dat, are o influență asupra acestuia. De exemplu, m-am născut cu o musculatură anume. Dacă practic anumite exerciții, mușchii se vor forma într-un fel, dacă practic altele, se vor forma în alt fel. Unele exerciții, unele practici pot să conducă la malformații. O postură vicioasă, de exemplu, dacă stau cocoșat, pot să dezvolt o cocoașă.
Putem numi asta, dacă vrem, somatizarea asupra unui fel dat (anatomic) a unui fel de a face (postura viciată).
Ține de mine să aleg, să adopt o altă postură, chiar dacă îmi este greu. Dacă eu spun că asta înseamnă că nu mă accept așa cum sunt, că eu așa am învățat să stau, că așa m-am obișnuit, așa mi-e comod, confortabil, atunci asta este o alegere, nu o acceptare a ceva ce nu ține de mine.

Este o de-lăsare (a nu face ce ține de mine), nu o lăsare să fie (acceptare a ceva ce nu ține de mine). Și voi pretinde de la ceilalți să mă accepte așa cum sunt, dar de fapt le pretind să mă lase să fac ce și cum vreau eu…
Dacă acest lucru mă privește, mă afectează doar pe mine, atunci este problema mea. Dar dacă îl afectează și pe celălalt (pentru că, de exemplu, conviețuim în același spațiu), atunci devine problemă comună și sursă de dispută, conflict, tensiune.

47. Deosebirea dintre "îmi pare rău" și "vinovăție"

Tendința de a te arunca la picioarele cuiva, de a te tângui/târgui, de a ispăși, pentru a repara lucrurile și a redobândi ce ai pierdut este neasumarea din vinovăție.
Această tendință își are originea în neasumare (vinovăție), nu în părere de rău, în asumare. Ea te împinge să nu îți asumi rezultatul care este consecința alegerilor tale conștiente/inconștiente. Nu ești blând cu ele (alegerile tale), le blestemi, te blestemi...
Te arunci la picioarele stăpânului urându-ți și urlându-ți vinovăția și spui "bate-mă, biciuie-mă, omoară-mă, dar dă-mi ce mi-ai luat sau nu-mi mai dai, fac orice!"
Această tendință este deci un act agresiv al sclavului care încearcă să-l forțeze pe stăpân să-i dea ce vrea, ce dorește. Nu se împacă cu faptul că nu mai are. Forțează, violentează, încercând să determine milă, vinovăție, compasiune – manipulare perfidă.
Dacă stăpânul zice "bine, te iert..." din milă, sclavul se răzvrătește că el nu vrea milă, ci iubire...
O așteaptă și nu vine... vine doar milă. Dacă mila este compasiune, se simte nevăzut pentru că această compasiune ere valențe universale, nu îi este adresată special lui, dacă este cu dispreț, atunci se simte văzut prost, dar este real – este disprețul stăpânului față de

sclav. Iar ăsta este un lucru real. Câtă vreme ceri de la cineva ceva ce numai el îți poate da, te faci sclavul lui și primești în consecință.
Când iubești, nu ceri, ci dai/dărui.
Această tendință este ascunsă chiar și faţă de sine însuși pentru a evita rușinea, penibilul, mai ales atunci când rațiunea o vede așa cum este, fie ca irațională, fie ca penibilă (adică improprie), fie ca nepractică etc…
A te arunca la picioarele cuiva înseamnă a face ceva cu disperare pentru a îl îndupleca, pentru a îi forța îndurarea...
Rezultatul este din start sortit eșecului, pentru că nu se poate obține decât milă și cel mai probabil nu aia care înseamnă compasiune, ci aia care seamănă cu disprețul, cu superioritatea…
Adică sclavul, cel ce cere, încearcă să supună voia stăpânului prin vinovăția și penitența sa...
Adică tipic isteric – acela care prin servitute, prin penitență vrea să smulgă de la stăpân ceea ce-și dorește, care vrea să fie stăpânul stăpânului...
Aici, stăpânul poate fi oricine – cutărică, ceva, o structură, universul, Dumnezeu…
Vinovăția nu se asociază, ci se contrazice cu iubesc, iartă (-mă) și mulțumesc. Vinovatul nu spune mulțumesc pentru că nu este mulțumit, nu este împăcat, de aceea se simte vinovat și vrea să refacă la loc, să primească din nou.
În "îmi pare rău" este împăcare.
De asemenea, atunci când cerem sau așteptăm ca cineva să se simtă vinovat, îi cerem de fapt să plătească.
Cum?
Făcând ce vrem noi…

48. Despre a fi răspunzător

Definiţia culpei in drept:
"Fapta este săvârşită din culpă când autorul fie prevede rezultatul faptei sale, dar nu îl acceptă, socotind fără temei că nu se va produce, fie [altă ipoteză]."

Omul nu prevede, fie că alege să nu facă asta, pentru că nu considera important, fie consideră altceva important, cum ar fi când pre-ocupările sale cu orizont îngust lasă pe dinafară vederea a ce este considerat neimportant pentru sine. Asta conduce la a nu acorda atenție la ceva ce poate conduce la o eroare, accident etc. – la a fi neatent. Care de obicei este o scuză ca fiind circumstanță de deculpabilizare. De exemplu "aaa... scuze, n-am fost atent, n-am vrut" – adică nu a fost premeditat, deci nu se pune ca și culpă, dacă nu este intenționat.
Deci cea enunțată prima și care provine din neacceptarea gradului de risc și a doua, care provine din a nu acorda importanță.
Ambele sunt alegeri. Una, este de a nu accepta, a nega etc. pentru că forțez să fie/să văd ce/cum vreau eu și a doua, de a fi preocupat doar de ce consider important pentru mine.
Sunt alegeri de tip neasumat care conduc la accidente.
La celălalt pol se situează mecanismul obsesional în care se încearcă să se prevadă totul, să se acorde atenție la tot, ceea ce conduce la colapsul persoanei pentru că este imposibil să faci asta. Poţi face doar ce ține de tine în limitele resurselor spațiale și temporale. De aceea, pentru obsesional este necesar să distingă ce ține de el de ce nu ține de el (ce poate și ce nu poate) și să accepte ce nu poate că nu poate și să facă ce poate.
La isteric mecanismul obsesional se manifestă în sensul că el vrea să prevadă tot ce nu ține de el, dar vrea să controleze asta și astfel nu mai acorda atenție la ce ține

de el să facă sau să nu facă. De exemplu, în timp ce conduce mașina este concentrat pe cum să facă să se învârtă universul invers sau cum să se facă iubit și calcă un om că nu se uită la drum (ceea ce ar fi ținut în totalitate de el). Este valabil și pentru pieton. Este valabil oriunde, oricând și în orice. Ţine de noi să trăim, dar dacă suntem ocupați cu altceva considerat mai important, ratăm asta.
După cum se vede, legea este făcută pentru isterici...
Așa cum Legea lui Moise era făcută la fel tot pentru isterici. Pentru a le pune limite.
Hristos a fost primul și marele terapeut care a invitat persoana liberă să se asume (să-și ia crucea sa și să-l urmeze pe calea libertății și responsabilității – adevărul și viața). Dar istericilor (majorităţii oamenilor) nu le-a convenit. E resimțită ca prea împovărătoare.

Oamenii preferă să poarte crucea altuia (să fie responsabili pentru alții, să scoată paiul din ochiul altuia), să se preocupe de ceva ce nu pot, decât să-și vadă de treaba lor, de ce ţine de ei. Își lasă crucea lor jos sau o pun în cârca altuia și încearcă din răsputeri să o preia pe a altuia, să se preocupe de ce nu ține de ei. Bine-nțeles că justificarea lor este că fac asta din cauză că le pasă atât de mult, că intenția lor de bine este atât de mare... De aceea le este greu să nu se ocupe de alții și astfel nu au timp de ei, de a face efectiv ce ține de ei.
Îndemnul lui Hristos este de a-ți vedea de treaba ta ("dacă eu vreau ca el să... ce ai tu?"). Adică ocupă-te de ale tale. Nu te mai compara, nu (te) mai judeca etc. Fă ce vrei cum poți cu tine... Să-ți vezi de tine. Când faci asta, poți să fii tu întreg și cu altul...

49. Despre nunta/uniunea dintre copiii Cerului și făpturile Mamei Pământ – dintre spirit și trup (un mit șamanic după "Mitul Creației")

"Mama Pământ a creat făpturi felurite și toate au dragoste în ele. Dar ele nu știu ce este iubirea și lumina de care sunt atrase irezistibil. De aceea ele tânjesc să fie iubite/cunoscute și luminate prin unirea cu trupurile de lumină și iubire ale copiilor Cerului, precum și prin atenția acestora. Numai așa pot ele să-și ofere darul de dragoste sădit în ele de Mama Pământ. Iar, acest dar copiii Cerului pot să-l culeagă prin simțire, prin primire.

A fost această idee a creării universului fizic în al treilea tărâm, Pământul de Mijloc, pe care Omul ca fiul al Cerului a avut-o acum multe evuri, prin care se poate realiza nuntirea dintre copii Cerului și făpturile Mamei Pământ.
În acest tărâm Mama Pământ a creat făpturi pe măsura copiilor. Trupuri cu care ei să se împreuneze și să le locuiască. Prin ele se pot ei bucura mai deplin de acest tărâm atât de gustos. Împreunarea dintre copiii Cerului și trupuri este Nunta sacră a acestui tărâm – Erosul primordial dătător de viață. De aceea viața fără eros se ofilește. Și a făcut Mama Pământ trupurile ca niște mirese frumoase și pline de dragoste. Foarte fertile sunt ele, dar așteaptă ca sămânța Iubirii să fie sădită cu atenție și fermitate în ele. Făpturile Mamei Pământ nu cunosc libertatea, dar cunosc respectul și nu suportă constrângerea.

De aceea, iubirea copiilor Cerului este dorită în necondiționare. Atunci când trupurile/miresele sunt sădite de copii cu iubire și bucurie, acestea se dezvoltă, cresc în putere și lumină – înfloresc. Astfel rodul de dragoste se arată și se oferă spre a fi cules. Dar este ca acest rod de

dragoste să fie oferit de copiii Cerului unul către altul, ca să fie dăruire și primire în împreună.
Această împreunare este Nunta eternă, în care trupul este oferit celuilalt plin de rod.

În acest al treilea tărâm venim pentru a învăța această împreunare. Să primim și să dăruim.
Ce să primim?
Ce ni se dăruie.
Ce să dăruim?
Ce primim...
Așa putem spune că avem viață în noi. Altfel, nevoia de a o poseda, de a o constrânge într-un fel, de a o ține/deține permanent în proprietate, o usucă, o omoară.
Și așa a fost întocmit Pământul de Mijloc – parte masculină și parte feminină, care să se caute și împreună să se țină laolaltă – după felul Omului și Femeii."

50. Despre eros

Erosul este în acest Univers, pe acest Pământ forța ce îl ține, ce unește orice, ce dă viață – este forța gravitațională fundamentală.
Contrariile, opusele sunt aparente. Diversitatea din acest univers este reprezentarea în infinitate a unicității din absolut.
Sizigia este universală – yin și yang, masculinul și femininul întocmesc totul.
Totul este constituit de Eros.
Iar, sexualitatea este dansul erosului.

Dansul sexual este povestea dinamicii dintre masculin și feminin.

Spermatozoidul este reprezentarea la nivelul biologic a seminței de iubire, a conștienței, a sâmburelui din care iese rodul.
Ovulul reprezintă germenele dragostei ce apare în căldura din adâncul pântecelui ogorului – ogorul Marii Mame.
Ovulul este cel care primește, înghite spermatozoizii apți. Ceilalți devin mucus hrănitor și protectiv în jurul celulei ou – deci cu rol asexuat.

În lumea vie, la insecte este similar. Aici este regatul Reginei Mamă, Matca. Dominatorul este femela. Cea care face regulile și conduce. Masculii, trântorii, sunt utilizați, supți la propriu de sămânță după care sunt devorați ca hrană sau omorâți sau alungați.
Ceilalți indivizi din stup sau mușuroi sunt menținuți la nivel asexuat. Niciunul nu contează ca individ, ci grupul. Aceeași rațiune este și în cadrul comunității de celule dintr-un organism oarecare. Fiecare celulă colaborează pentru comunitate. Un dezechilibru din cauze oarecare în sens contrar (individualism) poate conduce la competiționare și în final la disoluția comunității de celule, a organismului.
Aici se afla arhetipul femelei devoratoare. Baba cloanța care mănâncă bărbații...
La păsări și pești lucrurile stau altfel. Aici apare violul masculin. Masculul aleargă femelele până le prinde și le fecundează. Este o probă de putere, de competență a genei bune care merită să se înmulțească, pentru că violul reușit este testul de putere în a supraviețui. Deci, apare testul masculinității ca selecție a caracteristicilor cele mai bune ale speciei. Rațiunea este tot feminină. Într un fel, ea alege. Mai clar, tot la pești și păsări, atunci când strategia de selecție a masculului este prin paradă – coloratură și dans (și la pești și la păsări) sau prin triluri (doar la păsări). Deci masculii intră într-o competiție de

prestație. Masculul are nevoie să impresioneze prin "competențe" pentru a fi ales.

La mamifere, însă, s-a dezvoltat o combinație între cele două strategii de la pești și păsări.
Violul femelei se transformă într-o agresivitate împotriva competitorului mascul. Nu mai epatează cu penajul și trilul său, ci îl atacă în luptă pentru a-l elimina.
Într-un fel, la mamifere, competiția masculină încearcă să constrângă, să limiteze opțiunile de alegere pentru femelă. Doar învingătorul rămâne singura opțiune, pentru că doar acesta îi mai stă în față. Restul, sunt morți sau alungați. Această competiție, acest război atroce și mortal de multe ori se desfășoară nu doar la nivelul macro al indivizilor, ci și între spermatozoizii diferiților indivizi, atunci când aceștia se află în același loc. Se ucid unii pe alții, iar cei rămași sunt singurii care au șansa să fecundeze ovulul.
La multe specii de mamifere, precum și la oameni s-au dezvoltat diferite metode pentru a preîntâmpina această competiție a spermatozoizilor. La canine, "penis captivus" pare a fi o astfel de metodă eficientă. La oameni, însă, s-au dezvoltat strategii și reguli simbolice de selecție, care variază ca formă de la o cultură la alta. Acestea au rostul de a înlocui nu doar competiția aleatoare a spermatozoizilor, ci și lupta arbitrară bazată pe forța fizică. Forța fizică, abilitățile de luptă și învingerea într-o astfel de competiție sunt de cele mai multe ori daturi naturale și/sau factori incontrolabili. Deci, nevoia de a controla aceste tendințe a condus la cultivarea unor valori care să le contracareze. Valori și practici cu semnificație morală, simbolică. Și, pentru că oamenii tind să se asocieze în grupuri mari, la acest nivel își fac apariția practici similare insectelor. Practici de reglementare și control a tendințelor naturale de specie. Se civilizează prin etică și estetică. La baza civilizației stă nevoia de

siguranță, de a controla, de a reglementa, de a pune limite diferențelor naturale dintre indivizi, cum ar fi aptitudinile psihofizice înnăscute (deci naturale), în vederea democratizării acestora. Democratizarea, care de multe ori poate lua la extrem o uniformizare colectivistă de tip stup, procedează prin compensare simbolică. Dar ca aceasta să aibă eficiență, este necesar un lung proces de educare, de cultivare a unei lumi valorice (deci simbolice) care să poată deveni factor și vector de atracție. Astfel, cultura, ideologia, viața simbolică în general se constituie ca o contrapondere la lumea instinctelor de specie.
Pentru mamifere, însă, ceea ce contează este puterea fizică și abilitățile de luptă și de obținere a hranei. În lumea mamiferelor acestea asigură protecție în vederea supraviețuirii sau abilități pentru obținerea hranei.

Majoritatea femeilor (deci la nivel uman) sunt atrase de acest arhetip mamifer. Între timp, rolul puterii fizice a fost luat de cel de reușită economică, socială etc. Dar reprezintă același lucru – siguranța oferită de accesul la resurse și protecție. Asta atrage și excită majoritatea femeilor umane. De exemplu, un bărbat independent (social-economic și emoțional) și stăpân pe sine (încrezător în dotări înnăscute sau dobândite), atrage în sensul ăsta. Este o atitudine care atrage mai mult decât caracteristicile antropometrice...

Deci, la nivel mamifer, bărbatul este bine să fie dominator, la nivel "păsăresc" – epatare, fălire, la nivel "pește sc" – violatorul. La nivel de insectă, bărbatul trebuie să fie util, iar din punct de vedere sexual, pasiv pentru ca femeia insectă să îl poată "devora". În acest caz, bărbatul pasiv, poate căuta tipul milf sau matură, o mare mamă. Dar poate da peste baba cloanța...
La nivel uman, apare și o tendință nouă. Femeile nimfe și bărbații adonis. Adică inutilitatea din perspectiva rațiunilor

de specie. E căutată frumusețea (inutilul absolut). La nivel senzitiv aceasta este senzualitate. Vizual, sunt proporțiile. Auditiv, timbrul vocii. Olfactiv, parfumul, mirosul specific... gustul plăcut. Ritmul...
Plăcerea este inutilă. Aici, ea este căutată. Spre deosebire de strategiile din lumea animală, care pot fi detectate de la distanță sau prin act, plăcerile umane nu pot fi detectate de la distanță decât prin văz și eventual auz.
Deci, ca acestea să se constituie în factori de atracție, necesită apropiere și timp.
Doar vizualul, înfățișarea este certă. De aceea civilizațiile sunt bazate pe vizual... și secundar auditiv. Dar acestea nu garantează celelalte caracteristici. Necesită mult curaj în asumarea riscurilor de a explora. Mult dans pentru a intra în ritm, pentru a te coordona în simfonia celorlalte simțuri. Erosul tipic uman este sinergic, deci simfonic. Se tinde către împlinirea tuturor simțurilor. Nu în mod egal, ci după prioritizarea acestora la fiecare în parte.

La nivel uman se întâlnesc tipologii variate. Adică acest "tip" uman, liber de necesitate, este influențat, determinat, străbătut în proporții diferite de "atavismele" din lumea vie. Procentul cel mai mare îl constituie tipul mamifer, dar se întâlnesc toate.

Tipul uman este mai liber de determinism, de necesitate, de utilitate – el este irațional, dar mai conștient. Tipurile mamifer, insectă etc. sunt raționale, dar inconștiente/subconștiente – au putere de instincte, se manifestă ca impulsuri. De aceea, ele se constituie în dependențe, în condiționări, manifestate sub forma unor preferințe mai mult sau mai puțin fixe. Ele sunt condiționări excitaționale d.p.d.v. sexual. Dacă acestea nu sunt îndeplinite, nu poate avea loc actul sexual sau acesta este nesatisfăcător, producând frustrare.

Traumele din istoria de viață pot juca un rol de declanșare, accentuare a acestor tipuri animaliere, mai ales prin anxietate. Pentru că anxietatea ajunge la baza instinctului de supraviețuire. Instinct în care sălășluiesc aceste variate strategii de supraviețuire, ca arhetipuri în lumea vie. Adică se accesează inconștientul colectiv. Stratul cel mai superficial al acestuia este inconștientul de specie, iar cel mai profund este cel al lumii vii în genere.

Deci, în funcție de profunzimea traumei, adică la ce nivel de adâncime a putut ajunge, se accesează și tipul de supraviețuire, precum și cel erotic-sexual. Pentru că sex-erosul are și rolul de anxiolitic natural.
Adică, dacă trauma este foarte profundă se accesează tipul de supraviețuire mai "primar". În acest fel, apar și tipuri de preferință erotico-sexuale de tipul respectiv – tip insectă, tip pasăre etc. în activitatea sexuală. Sau elemente ale acestora. Le putem denumi deviații sexuale dacă le raportăm la anumite norme convenționale...

Într-un fel, profunzimea traumei, poate evoca din profunzimea inconștientului colectiv, instinctual, strategii primare de supraviețuire și deci sexual-erotice (așa-zis deviante). Instinctul de supraviețuire și cel sexual sunt împreună în chakra Muladhara. Cel de reproducere este în Swadhisthana, deci în a doua. Oricum, amândouă sunt chakre ale biosului...
De exemplu, cei care dețin controlul în afara cuplului, care sunt stăpâni, care dețin controlul social-profesional-economic (dominatori) tind să cedeze controlul în cuplu. Devin submisivi, dominați. E ca o descărcare, ușurare, cedare a controlului... ce-i poate conduce către relaxare, orgasm. Orgasmul, cel puțin la femei, este legat de cedarea controlului, de vulnerabilitate, de a fi pradă, de a se pierde pe sine...
Dar asta presupune încredințare condiționată în celălalt.

În brațele cui mă arunc?
Mă poate ține?
E în stare să mă țină?
Poate duce?
El sare cu parașuta. Ea sare fără parașută, dar se prinde de gâtul lui.
Situația inversă este mai rară... doar dacă cea cu parașuta este mama și el copilul...
Dar dacă el sare fără parașută sau nu are încredere în parașută, adică nu se bazează pe o structură care-l poate susține, femeia are o reticență în a se arunca în brațele lui și a se prinde de gâtul lui, pentru că nu simte că ține...

Este adevărat că senzualismul, atunci când devine un scop în sine, conduce la decadență, la resimțirea de artificial, de lipsă de sens. Depărtarea prea mare de rădăcinile instictuale la civilizațiile "rafinate", adică vârstnice, conduce la un sentiment de pierdere a sensului, la deșertăciune, la căutarea din ce în ce mai mare a senzațiilor intense, la substanțe și practici care să provoace eventual senzații din ce în ce mai mari – la dependență. La extrem, libertatea senzualismului de rațiunile biosului conduce paradoxal la dependență.

Omul merge ca pe sârmă între cele două extreme. La fel și civilizația pe care o creează inevitabil prin actul și semioza practicată la nivel concret sau simbolic în mod cotidian.
Tragismul ființei umane constă în faptul că el se situează între bios și spirit, între necesitate și libertate. Îndepărtarea și apropierea prea mare de una sau alta conduce inevitabil la pierdere...
Integrarea amândurora este calea omului. Omul este ca un trunchi de pom care unește pământul cu cerul prin rădăcinile și ramurile sale. El este un pod...

51. Despre iubirea/dragostea (ne)condiționată

Oamenii definesc iubirea, dragostea necondiționată prin a face și a avea. Consideră că cineva îi iubește necondiționat, atunci când acesta face/le dă ce vor ei, cum vor ei, când vor ei, ce/cum/când doresc, ce/cum/când le place.

Definiția aceasta arată mai degrabă raporturile de putere între ceea ce putem numi un stăpân absolut și un sclav absolut. Ea definește de fapt puterea, nu dragostea, nu iubirea. Această definiție anulează în totalitate libertatea. Orice iz de libertate este considerat un atac la acest tip de iubire.

Cel care "iubește" în acest fel nu trebuie să fie liber. Acest lucru este un pericol la adresa acestei iubiri, surpă "puterea iubirii". El trebuie să fie supus. De aceea, stăpânul are grijă să creeze dependențe, adică nelibertăți pentru a-și asigura puterea asupra "iubitorului". Acesta nu trebuie să cârtească în fața stăpânului, pentru că ar fi o dovadă de neiubire. Sintagma lui Augustin "iubește și fă ce vrei" este considerată o erezie. "Iubitorul" nu face ce vrea el, ci ce vrea/dorește/îi place iubitului, stăpânului (reprezentat de un om, o pisică sau un zeu).

Sună foarte romantic expresia "ești stăpânul/stăpâna inimii mele", dar arată un raport de putere. "Iubitorul" nu poate trăi fără cel iubit. Fără stăpân, viața însăși îi este pusă în pericol. Devine o problemă de supraviețuire. Satisfacerea cerințelor, voii, dorințelor, plăcerilor stăpânului sunt vitale pentru "iubitor", ar fi în pericol de moarte dacă nu le-ar asigura, ar fi în pericol de anihilare. Fericirea, mulțumirea stăpânului devine astfel scopul în viață. Acest scop, este un scop care vizează

supraviețuirea – fericirea stăpânului, celui "iubit" mă ține în viață.

Cel care este "iubit" în acest fel, consideră orice abatere, orice cârteală din partea "iubitorului" ca pe o constrângere, limitare a puterii sale, ca pe un afront la statutul său de iubit/stăpân – "dacă mă iubești, faci asta, dacă nu faci, înseamnă că nu mă iubești". Orice libertate a "iubitorului" este considerată o răzmeriță care necesită reprimare în față. Pedeapsa trebuie să fie pe măsură, "iubitorul", sclavul trebuie crucificat. "Iubitorul" trebuie să se învețe minte. Ce trebuie el să-și amintească? Că nu poate trăi fără stăpân. De aceea, stăpânul, cel "iubit" îl amenință pe sclav, pe "iubitor" cu abandonul, cu separarea, cu îndepărtarea, cu moartea…

Definiția de mai sus arată o codependență, nu dragoste necondiționată. În ea "iubitorul" îi cere cu disperare celui "iubit" să stea cu el. Face orice pentru asta. Cel "iubit" cere în schimbul acestui lucru supunere totală. Această dinamică creionată romantic în cultură stă ca un liant sau ghimpe în toate relațiile umane. Această reprezentare culturală a "dragostei necondiționate" este sursă de conflict, de dependențe, sursă de suferințe legate de neîmplinire în iubire… În această definiție se arată că și sclavul și stăpânul condiționează. "Ce faci tu pentru mine?", întreabă stăpânul, "uite câte am făcut eu pentru tine!", reproșează sclavul. În dinamica relațională rolurile de stăpân și sclav pot fi asumate și jucate succesiv de protagoniști.

Dragostea necondiționată este dragostea care nu condiționează prin nimic, deci care nu face nimic pentru a determina ceva, inclusiv dragostea celuilalt, altfel ar fi condiționată, pentru că ar condiționa, ar determina. Dragostea necondiționată lasă liber și este liberă în raport

cu orice și ori-cine. Nu este dovedibilă prin ceva, dar se poate arăta prin orice, paradoxal, chiar prin nimic. Nu cere la schimb nimic și poate oferi totul, dar poate să nu ofere nimic. Esența dragostei necondiționate înseamnă prezență – sunt acum aici cu tine. Pot să fac ceva sau nu din ce vreau eu sau ce vrei tu, dar acest fapt nu determină dragostea, ci este doar libertatea de alegere pe care o asigură această dragoste. Câtă vreme te iubesc, fac ce vreau, fără grija de a mă face iubit/ă. Nu mă interesează lucrul acesta. Dacă este, e bine, dacă nu, iarăși bine. Iubirea mea pentru tine îmi este suficientă. În ce constă asta? Aceasta s-ar exprima cel mai aproape în "este suficient că ești", "este bine că ești". Atât. Orice altceva este pe deasupra. E bonus. Nu este condiționat prin a face și a avea de definiția iubirii necondiționate.

Oamenii însă nu vor această iubire necondiționată. Le este insuficientă. În plus, nu le garantează nimic. Garanția ar însemna anularea libertății și astfel a iubirii necondiționate. Oamenii vor garanție, siguranță, nu iubire necondiționată, adică liberă.

Schopenhauer spunea că natura apelează la șmecheria, înșelăciunea asta cu îndrăgostirea, cu dragostea romantică și o menține suficient cât să asigure perpetuarea speciei. În îndrăgostire protagoniștii simt că nu pot trăi unul fără celălalt. Asta îi face să facă orice pentru a supraviețui. Deci, șmecheria naturii constă în a stimula instinctul de conservare, de supraviețuire pentru a lucra în vederea perpetuării, reproducerii.

De aceea, în starea de îndrăgostire omul resimte în corp aceleași senzații ca în atacul de panică, atunci când este separat de celălalt. Astfel, el ar face orice, ar fi în stare să renunțe la orice pentru a fi cu celălalt. E o chestiune de

supraviețuire permanentă, un atac de panică constant, dar gratificat de întâlnirile dintre cei doi.
Fără această înșelăciune, instinctul de supraviețuire se opune celui de reproducere. Momentul sexual, al copulării este cel mai vulnerabil moment din viața ființelor, indiferent de specie.
În acel moment, ființa este expusă în totalitate atacului, uită de orice apărare. La nivel biologic, protagoniștii actului sexual, al fecundării, întâlnirea dintre ovul și spermatozoid înseamnă moartea acestora în vederea nașterii, creației a altceva din "dăruirea", moartea lor. Deci, în esența ei biologică sexualitatea are un "obiectiv" opus instinctului de supraviețuire. Cu alte cuvinte, la nivel uman, trans-biologic, trans-psihic, sexualitatea capătă aspectul spiritual al trăirii în vulnerabilitate, în curajul de a trăi fără garanție și siguranță.

Când acest lucru este determinat de atracția sexuală la nivel biologic, se arată la nivel psihic în starea de îndrăgostire, care este o stare de captivitate, absolut determinată natural. Când acest lucru este, însă, o alegere de a nu trăi în certitudine și siguranță absolute, atunci poate avea loc iubirea, dragostea în necondiționarea instinctului de supraviețuire. Întotdeauna condiționarea este a instinctului de supraviețuire, care la nivelul psihicului se arată în rațiuni de siguranță, în certitudini, în diverse apărări, toate acestea axate pe a face și a avea. De aceea, este țintită puterea de a face și a dobândi, a avea ceea ce este considerat că aduce siguranță.

Deci, definiția socială a iubirii necondiționate este supunerea totală față de cel iubit, fie acesta un om, o idee, o țară etc. Ea este încurajată ca virtute, ca fidelitate, responsabilitate, angajament etc. Îndrăgostirea, cu determinanții ei biologici care surpă rațiunea bunului simț

dependent întotdeauna de instinctul de supraviețuire, a fost mai mereu văzută ca periculoasă de rațiunile sociale. Rațiunile sociale sunt rațiuni ale instinctului de conservare, de supraviețuire – de protecție. De aceea dragostea romantică a fost exilată în afara instituțiilor sociale, precum căsătoria, fiind considerată mai mult sau mai puțin o dragoste nebună, irațională, periculoasă pentru stabilitatea socială, pentru ordinea socială, pentru siguranța socială.

Până în secolul XIX, doar povestea "Nala și Damayanti" din Mahabharata a reprezentat singura poveste reprezentativă pentru iubirea necondiționată. Și chiar și după această perioadă ea a stat ca model de dragoste necondiționată alături de cea romantică. Acum se vrea un fel de struțocămilă a dragostei, un fel de "și cu sula-n cur și cu sufletul în rai", o dragoste de trei într-unu, care să ofere și siguranța cerută de instinctul de supraviețuire și atracția pasională a îndrăgostirii dată de "chimia" biologică pictată în romantism și libertatea necondiționării pe care o vede eronat în lipsa de constrângere.

Problema în această așteptare de tip ghiveci constă în faptul că unele elemente se află în conflict. Siguranța intră în conflict cu îndrăgostirea. Cu cât se mărește siguranța, cu atât scade atracția în îndrăgostire. Cu cât crește siguranța, cu atât scade sentimentul de libertate, de necondiționare. Și invers, cu cât se intensifică starea de îndrăgostire creste senzația de nesiguranță. Între atracția pasională determinată de chimia biologicului și necondiţionarea spirituală exista doar o relație de asumare, acceptare, integrare și transcendere.
Libertatea necondiționării nu sufocă atracția biologicului, pentru că nu favorizează instinctul de supraviețuire, nu constrânge.

Nu poți să te dărui și în același timp să te simți în siguranță, să nu te pierzi. Orgasmul înseamnă pierdere de sine, "la petite mort". Majoritatea oamenilor vrea să aibă orgasm în siguranță. Este o contradicție în termeni. Majoritatea oamenilor vrea să simtă că trăiește, să se simtă surprinsă de viață, să se simtă îndrăgostită de propria viață, dar în același timp să aibă certitudini, să se simtă în deplină siguranță.
Cumva, chestia asta "dă cu virgulă", în sensul că se cere, se așteaptă imposibilul.

Descriind dragostea necondiționată în termeni de putere (stăpân-sclav) și/sau negustorești, este firesc ca oamenii să prefere să fie iubiți în loc să iubească. Rămân cu impresia că primesc, că dobândesc ceva, nu pierd nimic. Conform definiției, când iubești ești sclav, slab, dai, pierzi, ești vulnerabil și alte chestii legate de rațiuni negustorești și de supraviețuire.

Când ești iubit și ai grijă să nu iubești, păstrezi statutul de stăpân și ți se fac toate poftele de sclavul achiziționat și ținut bine în frâu. Stăpânul este cel iubit, deșteptul care a câștigat lozul, sclavul fiind cel care iubește, fraierul care pierde. Astea sunt credințele despre dragoste într-o societate de negustori, axată pe resurse.

Problema stăpânului este că are multe de pierdut și stă mereu cu grija că le poate pierde. Stă mereu în anxietate. Dacă i le fură, dacă i le ia cineva? Dacă celălalt devine independent? Cumva, plătește ce are, ce dobândeşte.

Sclavul, trebuie să facă mereu față cerințelor stăpânului, nemulțumirilor sale. Nu este ușor să mulțumești deplin pe cineva. De fapt, este imposibil. De aceea, sclavul este nevoit să trăiască cu sentimentul că este insuficient. Tot ce face nu este îndeajuns pentru a se ridica la nivelul

așteptărilor stăpânului, la a se face iubit de acesta. Trebuie să trăiască cu neputința de a se face iubit. El crede săracul că se poate face iubit.

Nici Dumnezeu nu se poate face iubit. Dovezile sunt cu nemiluita. Dar omul speră… degeaba. Dar nu are altceva, decât ce face și ce dă ca să obțină ce are cel căruia el îi dă.

Oare asta vrea cu adevărat?
Oricum, crede că asta vrea. Că așa va fi mulțumit, fericit.

Ideea este că și sclavul și stăpânul vor să se simtă în siguranță. De aceea, niciunul nu este liber și fuge de libertatea asta foarte periculoasă pentru supraviețuire. Fuge de și se împotrivește și libertății sale și a celuilalt. În același timp se plânge de constrângeri – stăpânul de responsabilitate, sclavul de povară.
Atâta vreme cât oamenii vor siguranță, ei vor vrea/dori putere de a face și a avea, nu vor dori dragoste necondiționată ci mai degrabă supunere necondiţionată. Când dă peste ei așa ceva, nu o recunosc. Chiar le este frică de ea. Nu oferă siguranță, pentru că fiind necondiționată, nu o pot controla, determina. Și atunci fie fug de ea spunând că asta nu este dragoste, fie o vor strivi încercând să o determine, să o facă sigură.

De aceea vindecarea, adică trăirea liberă a vieții, bucuria că suntem nu stă în a fi iubiți, chiar necondiționat, ci în a fi noi cei care iubim necondiționat. Doar în felul acesta, când nu mai stăm cu grija de a ne face iubiți sau de a menține iubirea celuilalt, de a îl mulțumi, de a face pe dracu'n patru să fim suficienți, vom simți că e suficient că suntem și vom trăi cu bucurie. Bucuria este adevărata chemare, întâmpinare a iubirii şi dragostei – să fie, să curgă libere prin noi.

52. Despre putere

Vrem să putem pentru că vrem să înfăptuim, să creăm, să stăpânim.

Putere – faptul de a putea; posibilitatea de a face (a acționa, a realiza, a înfăptui) ceva.

A stăpâni – a deține (a avea), a cunoaște, a poseda.

A însuși, a face ceva străin, necunoscut al său. Cunoașterea este o însușire, o luare în posesie de cunoștințe.
A gusta este, de asemenea, o cunoaștere. Spre deosebire de adulmecare unde cunoașterea nu afectează lucrul de cunoscut, gustarea este violentă prin mușcătură, modifică lucrul de cunoscut.
Pofta de a mușca este generată de posesie, de nevoia de a înghiți, de a însuși ceva pentru a produce schimbare – pentru a crește. Gustarea este un act creativ (care produce schimbare) violent. Pofta de viață este pofta de a gusta, de a mușca din ce atrage, de a înghiți și astfel a face al său, a însuși. De aceea, ce considerăm al nostru (proprium-ul, însumi-ul) este ce am înghițit fizic, moral, intelectual, comportamental etc. Este cantitativ...
Câte cunoștințe avem?
Câte experiențe avem?
Câte realizări?...
Prin asta creștem, ne dezvoltăm, ne mărim fie fizic, fie intelectual, fie social, profesional, spiritual...
Creștem în putere...

În actul pro-creativ sexual se petrece un viol reciproc. Fie la nivelul pasionalității umane, fie la nivelul fertilizării biologice se petrece o dublă crimă. La nivel biologic, spermatozoidul înjunghie, străpunge, penetrează, iar

ovulul se înfruptă, înghite pe de-a-ntregul spermatozoidul ucigaș. Ambii mor într-o moarte sacrificială de sine pentru a crea alt-ceva.
Este ucidere și sinucidere...

La nivelul pasionalității umane se petrece ceva similar. Bărbatul poftește să străpungă, iar femeia să muște, să înghită. Ambii se înfruptă în felul lor unul din celălalt – se cunosc, se însușesc, se posedă, se au...
Sentimentul de pierdere de sine în actul ucigaș-sinucigaș erotic poate "stimula" o contraforță în instinctul de conservare – acela de a refuza creația, noul, a apăra statu-quo-ul, adică reacția de frică.

Frica este moartea pasiunii, a creației, a germinării vieții…

Când femeia spune "iubitule, fă ce vrei cu mine...", ea este dispusă sacrificiului, dispusă să fie ucisă. Când încearcă să-și prezerve "identitatea" (însușitatea), atunci ea nu se lasă ucisă și erotismul se diminuează sau dispare, pentru că ea nu se mai "dă" toată...
Când bărbatul este în control, în frică, când în actul erotic el protejează ceva (fie al său, fie al femeii), atunci femeia spune "simt că te aperi, că nu ești în întregime cu mine, că nu mi te dai tot..." Nu-l mai simte atât de atractiv, de sexi... de pasional, de sinucigaș, de a se lăsa devorat. În aceste momente, femeia îi reproșează de obicei bărbatului că îi e frică să fie vulnerabil... Adică îi este frică de a fi ucis, de a muri, nu este dispus la jertfă, la sacrificiul creator.

Creația, fie că este la nivel biologic, fie la nivelul pasionalității umane, fie că este la nivel cosmic (nașterea unei stele, de exemplu) este cataclismică – implică transformarea totală a actorilor implicați.

De aceea, a nu fi dispus să mori, conduce la diminuarea sau pierderea totală a poftei de viață, care este pofta de a pro-crea, indiferent de nivelul la care și domeniul unde se produce.

Curajul de a trăi, implică curajul de a muri. Iar asta înseamnă putere, potență...
Puterea de a face... ceva, a crea în plan secund, adică a transforma ceva în alt-ceva. A opera asupra a ce este, a modifica ce este, necesită o forță de opoziție la ce este, o impunere, un viol. Prețul plătit este sacrificiul de sine și de altul/ceva – un act ucigaș-sinucigaș.

Ambele tendințe – de a pro-crea (de a transforma, de a violenta ce este) și de a prezerva ce am (de a apăra ce am însușit – frică) – sunt ale biosului, ale chakrei Svadhishthana. Reflectarea acestora în planul egoului, al chakrei Manipura, reprezintă "programe de trăire" succesive sau conflictuale de putere. În plan cultural-social acestea se arată în atitudinile clasicismului și romantismului. Clasicismul prezervă, este anxios și obsesional, conservator cu ce s-a achiziționat, reacționar, în timp ce romantismul este pasional, distrugător-creativ, profund transformator, progresiv.

La nivel social-cultural, lupta pentru putere se desfășoară între aceste două tendințe. În acest context, puterea înseamnă, pe de o parte, a se opune schimbării (în cazul clasicismului/conservatorismului) și, pe de altă parte, a se opune statu-quo-ului (în cazul romantismului – a pro-crea, a transforma, a progresa...).
Acestea două sunt forțe contrare ca sistola și diastola inimii – creează dinamică și la nivel individual și la nivel social-cultural – un ciclu spiralat ce face trimitere la o evoluție ciclică în spirală. Se arată ca o aparență de viață

prin diferența creată de ritm, puls, prin syzygye, contrarii...
Ceea ce se pierde în acest caz este actul creator primar – trăirea. Acestea două sunt forțe, adică puteri de rang secund care necesită consum de energie, cheltuială de viață, sacrificiu de viață, moarte.
Puterea nu cheltuie energie pentru că nu se opune. De exemplu, bucuria de ceea ce este, nu presupune o forțare, o cheltuială de energie, un sacrificiu. De aceea bucuria este creație de prim rang, fiind putere de prim rang. Astfel, bucuria este co-creare la ceea ce este și în raport cu ce/cine este.

Ce este este Adevărul.
Încercarea de a modifica, de a transforma, de a aduce un aport personal (ego-tic) la creație este un act de forță, o creație de rang secund.

A încerca să apăr ceea ce am luat ca al meu din ceea ce este, a încerca să îl dețin, să îl păstrez ca al meu, înseamnă să separ ceva ce nu poate fi separat – ceea ce este. Mă situez astfel în iluzia de a avea ceva al meu în mod sigur. Siguranța, în felul ăsta, este în egală măsură anti-creație (prin menținerea permanenței) și anti-viață (prin apărarea a ce am crezut că iau ca al meu din ce este). Dar ce este al meu? Doar al meu?

Adevărata putere este, deci, a mă bucura de ce este. Ea nu trebuie câștigată sau cucerită. Ea este doar sufocată de forțarea de a modifica ce este sau de a apăra ce cred că este al meu.
Forțarea, încordarea, opunerea la ceea ce este, așa cum este sunt blocaje ale puterii, ale co-creației – ale bucuriei.

Forța este determinată de instincte...

Puterea nu este determinată. Ea este liberă, ea izvorăște din libertate și respectă libertatea, nu impune nimic, nu schimbă nimic, nu apără nimic. Pentru ea, totul este bine așa cum este, prilej de bucurie...

53. Despre dorința stăpânirii

Oamenii vor să stăpânească, să fie stăpâni, dar nu își asumă responsabilitatea stăpânului, ci vor iresponsabilitatea sclavului. Adică ei vor ceva imposibil, un sclav stăpânitor.
Ceea ce ei vor să stăpânească este ce gândesc, simt, doresc, vor, fac ceilalți. Ceva imposibil fără acordul acestora. Ei urăsc această libertate a acordului la ceilalți, iar la ei urăsc neputința de a determina, stăpâni asta. Nu acceptă deloc aceasta realitate. Ar vrea să aibă abilitățile manipulative perfecte pentru a determina.
Câtă vreme își doresc asta, câtă vreme nu renunță la asta, nu se schimbă nimic.
Pe de altă parte, nu suportă la ceilalți o atitudine similară cu a lor, pentru că nu suferă constrângerile, își apără libertatea de.

54. Despre puterea de a supune, a poseda, a realiza, a reuși

Oamenii care vor să-și impună puterea, să supună voinței lor voința celorlalți sau să supună realitatea au o iritabilitate crescută, o nervozitate la orice obstacol (real sau imaginar) care apare în calea realizării a ce intenționează.
Starea de nervozitate este caracterizată de împotrivire. Ea "apare" atunci când ceva se opune intenției mele, când apare un obstacol. Nervozitatea este însă un efect. Cauza

acesteia este mânia că ceva se opune intenției mele, planurilor mele. Ceea ce se opune sau îmi blochează planurile poate fi orice și oricine. Mânia generează o forță energetică/vitală destul de puternică pentru a mă opune obstacolului, pentru a-l dărâma, depăși, învinge. Pe parcursul acestui demers pot traversa perioade de așteptare și atunci apare nerăbdarea (anxietatea de așteptare) sau situații în care să existe riscul de a pierde ceva important, valoros pentru mine (anxietatea de pierdere, de regulă a suportului afectiv). Dacă apar blocaje mai mari sau chiar nereușite în a îndepărta obstacolul, pot resimți frustrare, furie, supărare.
Dacă nu reușesc, dacă nereușita este clară și definitivă, atunci pot resimți rușine (sunt defect, necorespunzător, insuficient, neputincios etc.) și/sau vinovăție (nu am fost în stare, nu m-am luptat suficient). Dacă stau prea mult aici, mă duc prin resemnare în apatie/nepăsare pentru a mă apăra, a mă "salva" sau mă împotrivesc la rușine și vinovăție prin zvârcolirea din suferință, prin autopedepsire.
Dacă reușesc, atunci mă voi simți suficient, învingător, puternic, plin de forță, sigur pe mine, că dețin controlul etc. – sunt mândru de mine. Această stare de mândrie, de putere este trăită ca o beatitudine. Sunt plin de mine, trăiesc satisfacție deplină, dar aceasta nu durează. Ca orice drog, are efect de scurtă durată, apoi apare golul de satisfacție și evident frustrarea, care poate lua note de sevraj mai mari sau mai mici, în funcție de intervalul de timp. De aceea, voi simți impulsul, nevoia de încă o doză din drogul satisfacerii mândriei, puterii mele depline. Pentru asta am nevoie de încă un obstacol de trecut, de învins, de încă o provocare. Spun, în aceste momente, că am nevoie de stimuli, de stimulente, de provocări pentru a simți că trăiesc, pentru a trăi acea stare de satisfacție deplină. De aceea mă îndrept spre provocări, spre obstacole, poate și mai de netrecut, pentru a simți o

satisfacție mai mare, să iau o doză mai mare. Emoțiile antrenate în acest demers vor fi pe măsura provocării. Mânia, anxietatea de așteptare, cea de pierdere, frustrarea, furia, supărarea vor fi mai mari.
În felul acesta toate aceste emoții antrenate în acest demers (nervozitate/nerăbdare/anxietate de așteptare, anxietate de pierdere, frustrare/furie/supărare), de la mânie la satisfacție și mândrie sau rușine și vinovăție, se clusterizează, adică fac parte din același tablou și tind să se evoce reciproc. Astfel, ele pot apărea, fie la dorința de putere, mândrie, satisfacție, fie la frica de rușine și/sau vinovăție. Se setează astfel o dependență de elementele întâlnite în proces, cum ar fi frica de așteptare sau cea de pierdere, frustrarea, furia, supărarea. Pot, în acest fel impropriu, să am tendința să fiu supărat, ca și când supărarea în sine poate să-mi aducă rezultatul dorit – satisfacția reușitei. Sau pot să înclin predilect către furie, sau mânie sau anxietate ca mijloace de a determina obținerea drogului. În felul ăsta confund inconștient aceste stări, emoții adiacente demersului, procesului de realizare a reușitei cu mijloacele eficiente de a îl atinge. Și asta din simplul motiv că ele fac parte emoțional din proces. Unii se blochează într-una sau două, alții le evocă pe toate deodată sau pe rând. Oricum ele apar în mod firesc în acest proces.

Energiile organice solicitate în acest proces sunt cele ale splinei în cazul mâniei, cele ale stomacului în cazul anxietății de așteptare, nerăbdării/nervozității, cele pancreatice în cazul anxietății de pierdere, cele ale ficatului în cazul frustrării, furiei, supărării. Epuizarea energiilor vitale este destul de mare, dar voi considera că merită efortul pentru beatitudinea, satisfacția dată de reușită, de obținerea drogului și a efectului acestuia. După ce simt asta, o iau de la capăt…

În cazul cel mai bun, al reușitei, emoțiile (energiile) implicate în proces sunt mânie, anxietate de așteptare și/sau de pierdere, frustrare/dorință intensă, furie, supărare și mândrie/orgoliu.
În cazul nereușitei, sunt aceleași emoții implicate cu excepția mândriei/orgoliului, la care se adaugă rușinea și vinovăția, apoi apatia sau suferința/durerea după caz.

Se poate observa, că energiile implicate aici sunt energii (emoții) numite de Hawkins energii care nu susțin viața sau antiviață (adică acestea sunt sub nivelul 200 pe Scala conștiinței de la 1 la 1000 elaborată de el). În cazul reușitei sunt energii de la 100 (frică) la 175 (orgoliu/mândrie), iar în cazul nereușitei se poate coborî până la rușine și vinovăție (20, 30).
Cele de la 100 la 175 reprezintă motorul social al realizărilor, reușitelor sociale, iar sub acestea (de la 20 la 85) cele de inadaptare socială, de ratare socială, de dezechilibru, de tulburare. Primele sunt în acord cu valorile sociale, chiar dacă sunt în dezacord cu propria ființă, cu propria viață, în timp ce ultimele sunt în dezacord cu standardele sociale, dar nu sunt în acord cu propria ființă, ba chiar în conflict. Ceea ce înseamnă că riscul de psihoză sau de comportamente antisociale ca reacție de de-compensare este maxim la acest nivel, chiar dacă nu obligatoriu.
La nivelul aflat între 100 (frica) și 175 (orgoliul/mândria), între care se află dorința din lipsă (125) și frustrarea, furia și supărarea (150), putem vorbi de "compensare", adică satisfacții care sunt în acord cu valorile sociale (considerate bune, chiar de dorit, utile de către societate), chiar dacă sunt în dezacord puternic cu propria ființă, cu propria viață și, astfel, pot scădea calitatea vieții sau pot produce daune sănătății fizice și psihice pe termen mediu și lung. Adică, se întâmplă ce se întâmplă în cazul oricărui abuz îndelungat de droguri – apar efectele secundare în

planul sănătății fizice și psihice, costul "beneficiilor" provocate de drog.
Pe "bucla reușitelor, satisfacțiilor se alimentează egoul, crește mândria de sine, orgoliul. Dacă succesul "se ține de mine", pot dezvolta o "mărinimie" de a îmi împrăștia "puterea" în mod imperialist, devin un erou civilizator, având tendința de a-mi "împărtăși" cu forța valorile care "uite ce bine mi-au prins". "Fă și tu ca mine, să vezi ce bine o să-ți fie", "Eu nu-ți vreau decât binele, de ce te împotrivești?" sunt câteva expresii care arată intenția mea bună. Intenția mea de bine este atât de intensă (pe măsura mândriei, valorii mele personale), încât ți-o bag pe gât cu forța, te salvez, te mântuiesc împotriva dorinței tale. Pe scala conștiinței depășesc satisfacția "egoistă" de la nivelul 175 și intru în ceea ce social se denumește "altruism" și anume la impunerea cu forța a propriilor valori ca fiind bune pentru alții (190 – 199 conform evaluării lui Hawkins). Istoric, toate imperiile civilizatoare și "salvatoare/mântuitoare" sunt expresia socială a binelui cu forța.

Omul ispitit de plăcerea puterii (forței în terminologia lui Hawkins) se află într-o dilemă. Pe calea reușitelor, realizării puterii intră inevitabil în cercul vicios descris mai sus, în care este prins în trăirea emoțiilor de anxietate de așteptare sau pierdere, de dorință din lipsă, frustrare, furie, supărare (implicit mânie) de care devine dependent în a simți că trăiește. Dacă nu reușește, cade în rușine și vinovăție, din care fuge prin apatie sau se luptă cu acestea prin durere și suferință (mânia și furia de sub nivelul 100), oricare din aceste "soluții" putând fi o groapă fără scăpare, adică o blocare. Oricare din aceste "destinații" pot afecta toate celelalte dimensiuni ale ființei umane – reușita mai târziu, ratarea mai devreme.

Soluția acestei dileme se află doar în renunțarea la dorința de putere, de satisfacție, de mândrie, de acel "bine" dat de beatitudinea reușitei. Este greu, pentru că este o stare de bine percepută a fi accesibilă, dar și că ține de mine, e realizarea mea. Apoi pot să și devin apostolul "metodei/metodelor" mele "ca să le fie bine și altora, nu doar mie".

Întrebarea "cum de s-a ajuns aici?", reprezintă un truism, având în vedere mitul și cultul eroului salvator, civilizator în mai toate culturile. Deci este un arhetip ce ne "lucrează" subconștient/inconștient. Dar acesta nu acționează singur, ci este ajutat de practici educaționale.
Cel puțin în cultura occidentală, există "bune practici" de educare, de antrenament în vederea reușitei. Problema nu sunt practicile în sine din punct de vedere tehnic, adică ce și cum anume să fac din punct de vedere operațional pentru a realiza cutare lucru, ci motivația, adică "de ce să fac asta?"

Dacă ceea ce fac este în vederea gratificării trebuințelor primare (legate de supraviețuire de regulă) și/sau pentru că îmi place să fac asta, că mă împlinește (trebuințele de autoactualizare, conform lui Maslow), atunci este mai greu să intru în cercurile vicioase descrise mai sus.
Dar dacă, de exemplu, ceea ce fac este pentru a dobândi aprecierea din partea celorlalți, atunci riscul de a intra în captivitatea emoțiilor dăunătoare sănătății fizice și psihice este foarte mare, chiar asigurată.
Dacă ceea ce fac țintește aprecierea de care se leagă valoarea mea, satisfacția mea, întregirea mea, puterea mea, atunci voi fi dependent de ce nu este în puterea mea, în cea mai mare măsură.

Când suntem mici, suntem "dresați" în vederea utilității sociale, a valorizării puterii de a face, de a realiza prin

retribuții de genul "bravo mămică, vezi că poți!?", "Mânca-l-ar tata, ce băiat grozav, ce a făcut el…", "foarte bine ți-a ieșit, sunt mândru/mândră de tine" sau blamați prin expresii de genul "Hai mă mamă, nici asta nu ești în stare? Tare mă dezamăgești…", "Eu nu știu ce să mai fac pentru tine și tu nu ești în stare de nimic. Ce o să faci în viață?", "Cine crezi că o să te țină așa bun de nimic? Trebuie să faci și tu ceva să meriți… altfel, nimeni n-o să te vrea, nimeni nu va sta așa cu tine…" etc. etc.
În acest fel, se pictează puterea, priceperea de a face în termeni laudativi, iar lipsa de putere în termeni de rușine sau vinovăție – "Așa ceva, nici măcar asta? Îmi crapă obrazul de rușine…" Alteori, indiferența poate avea același efect, nu mai vorbesc aici de abuzuri motivate bine-nțeles de intenții bune, de a scoate/face om din acel copil, indiferent ce ar însemna asta, dar de obicei un om realizat (definiția acestuia variază de la om la om sau de la cultură la cultură). De asemenea, acțiunea de în-rușinare (să-ți fie rușine) sau de în-vinovățire (măcar dacă te-ai simți vinovat, de ce nu te simți vinovat pentru asta? etc.) creează mai târziu o îngrozitoare frică de rușine și o metodă de scăpare de aceasta prin vinovăție, apoi de ispășire prin durere, suferință. Reușita noastră îi face pe părinți mândri de noi. Mândri de noi fiind, părinții zâmbesc, ne laudă, ne apreciază, ne iau în brațe, ne acordă atenție, ne pupă, ne mângâie etc. Atâtea gratificări ale nevoilor umane afective de a primi iubire, dragoste, la modul cel mai concret de a fi acceptați, primiți, îmbrățișați, văzuți, ascultați, înțeleși… toate după merit… Ahaaa, deci eu am făcut asta. Este necesar doar să pot să fac ceva să realizez, să am reușite considerate utile, bune pentru alții, ca să merit, pentru a face să mai primesc asta. Pentru asta, trebuie să fiu în stare, să pot…

Pe lângă plăcerea primară dată de actul de a supune, de a stăpâni ceva, pe care o are la bază, în spate, puterea

devine mijloc pentru a primi nesperatul premiu al dragostei, devenit astfel sperat prin putere.
Plăcerea primară de a supune are legătură cu actul erotic de unire, de a face al meu, de a transcende, de devenire. În cazuri patologice, această putere se poate exprima prin actul de a ucide, de a lua viața cuiva – este resimțită ca puterea supremă, iar efectul erotic, de natură sexuală este pe măsură. În cazuri nepatologice (sau mai adaptative social), o astfel de plăcere este satisfăcută prin a mușca, a înghiți, a devora, a digera, manifestate fie în comportamentul alimentar, fie în cel erotic, copulativ.
Ambele situații ale puterii (plăcere primară sau mijloc de a obține aprecierea în vederea dobândirii, achiziționării dragostei), la intensități ridicate, sunt semn de resimțire puternică a insuficienței de sine. Mă simt gol, slăbit și trebuie să mă umplu, să mă "întregesc", fie alimentar, fie sexual; nu mă simt întreg, am nevoie de a primi ce cred că mă împlinește, ce mă face întreg, suficient, iar pentru asta trebuie să dovedesc că merit.

Iată că puterea, putința este bună de avut. Când cele două valențe ale ei se combină, plăcerea de a fi puternic este maximă, asigură satisfacție deplină, este drogul suprem. Iar atunci când nu o dobândesc, mă simt neputincios și cad în depresie – în rușine, vinovăție și apoi în apatie sau durere adâncă și suferință din care cred că numai moartea mă mai salvează.
Dacă pot, atunci mă simt îndreptățit să primesc ce mi se cuvine – apreciere. Dar de cele mai multe ori nu primesc decât atât. Aprecierea este ca o notă luată la școală. Mă bucură pe moment, apoi urmează un mare gol, ca și la satisfacția răzbunării – tot o realizare, o reușită.
Aprecierea este ca un salariu, ca o plată primită pe merit. Am fost prețuit la justa valoare, a fost meritat. Bun. Și ce fac cu aprecierea? Ce fac cu banii primiți? Ce pot cumpăra cu ei? Eu vreau să cumpăr, să primesc în schimbul lor, pe

baza lor (a aprecierii primite) dragoste, că așa am învățat când eram mic. Toată lumea mă apreciază pentru cât de grozav sunt, cât de putincios sunt. Sau poate nu toată lumea. Sunt unii care asociază aprecierea, recunoștința cu îndatorarea. Şi nimeni nu se simte bine cu povara îndatorării, trebuie să recunoaștem. Dar, chiar și cu apreciere totală, eu tot singur mă simt (ca orice om puternic, de!). Toți îmi spun mulțumesc pentru asta sau pentru ailaltă. Mă tratează cu respect, cu politețe, cu deferență… Dar unde este dragostea? Unde este căldura? Eu vreau asta. Dau toată avuția asta de apreciere pe ea.
Există persoane care au nevoie de puterea mea și sunt dispuși să facă gesturi care să aducă a dragoste. Mă pot lua în brațe, mă pot pupa, mă pot mângâia… în schimbul puterii mele, priceperii mele, prețuirii, prețului… Dar parcă nu este adevărat. Mă pot îmbăta cu asta pe moment, ca atunci când mă duc la bordel și am senzația pe moment că sunt iubit datorită profesionalismului profesionistului, uitând unde sunt. Mai greu să-mi dau seama de asta în afara instituției bordelului, când această profesie este făcută de amatori, din pasiune sau din nevoie disperată. Cum pot distinge, când eu am atâta nevoie? De multe ori pot suspecta ca prostituție și o dragoste adevărată. Nu cred că ceva poate fi gratuit, ci doar după merit, pe plată, nu există decât prostituție de bună sau de proastă calitate – ca în orice profesie, meserie, ține de competență, de putut. Expresii care arată cerere sau cerșeală "eu fac atâtea pentru tine și tu nu mă iubești nici măcar puțin?" sau care arată reproșuri "nu mă iubești nici cât negru sub unghie, iar eu nu mai știu cum să…" sunt evidențe ale limitelor puterii de realizare de reușită în a dobândi dragostea – de fapt totala neputință a puterii… Sună paradoxal, dar este un fapt. În acest caz, frustrarea nu întârzie să apară, mai devreme sau mai târziu, chiar și la cei care au abilitatea de a se minți.

Minciuna este doar cognitivă, de interpretare, pe când adevărul este palpabil, tine de simțire și astfel, are puterea evidenței, iese la lumină. Poate să iasă la nivel corporal sau în simțire prin sentimentul de neîmplinire, prin lipsa bucuriei. În pofida apelului la veselire prin distracție cu sex, băutură și droguri, adâncirea în golul de sens va fi și mai mare – ceea ce va necesita mărirea dozei până la colaps. Sau, se va merge pe modul serios al satisfacției din realizări, dar și aici mărirea dozei duce la epuizare și de asemenea la colapsului sistemului psiho-fizic. Sănătatea psihică și fizică au de suferit în ambele situații pe termen mediu și lung.

În domeniul relațiilor, realizările sunt și mai dăunătoare, cu cât ele se camuflează în dorința de a fi bine, a menține relația viabilă. Aici se merge pe prejudecăți sau standarde culturale sau personale. Ca relația să fie bine, atunci trebuie ca sexul să fie cu frecvența cutare, să fie într-un anume fel, vacanțele să fie în număr de… pe an, în locurile cutare și să facem nu știu ce acolo pentru a ne simți bine, altfel vor fi vacanțe ratate sau partide sexuale ratate, ceea ce va avea efect asupra relației.
Bine că numai relația are de suferit, nu și noi…
Cel care face așa în relație, trăiește exact emoțiile pe care le-am enumerat (anxietate, enervare, nerăbdare, mânie, furie, supărare, frustrare…). Rezultatul este că celălalt simte aceste "vibrații". Vede că celălalt se străduie. Evident că-i pasă… de ceva. Poate de el, de relație, nu contează, se străduie, muncește, face ceva, nu stă. Îmi este greu să-i spun că mă tensionează, că nu-mi place deloc ce simt în preajma lui, atâta agresiune, atâta toxicitate. Îmi găsesc inconștient ocazii să stau departe de el. Nu-mi place ce simt lângă el. Rațional nu-mi dau seama de ce, dar mă trezesc că-l evit.

În familie, sărbătorile sunt importante. A face ca sărbătorile să fie reușite, trebuie să muncim, să ne spetim să iasă bine, altfel vom strica sărbătorile. Ne dăm peste cap pentru sărbători ca să iasă bine și în urma sacrificiului nostru vor ieși, iar noi vom fi satisfăcuți cu asta. Iată o reușită. Ce simțim? Bucurie în timpul sărbătorii? Nu. Epuizare și satisfacție că am terminat. Suntem mândri de noi pentru realizarea asta. Acum așteptăm să ne și bucurăm. Bun. Nu vine. Asta e. Bine că avem băutură și companie. Să ne veselim… că doar suntem în familie.
Puterea nu poate aduce decât reușite. Reușitele, realizările nu aduc decât satisfacție în momentul finalizării (un fel de act ejaculator) și aprecieri.

Aprecierile sunt sterile, nu produc nimic mai departe, nu au puterea de a furniza decât mândrie. Dar cum se spune, nu prea poți trăi cu asta, nu e nutritivă. Dacă eu fac ceva pentru cineva și la final primesc aprecieri de genul "cât ești de grozav, mii de mulțumiri, ce ne-am fi făcut dacă nu erai tu…" sunt minunate, dar mor de foame doar cu ele. Unde este bucata de pâine? Eu cu ce mă hrănesc? Unde este dragostea?

Revenind la începutul discuției, amintesc că una dintre capcanele ce apar în demersul obținerii puterii de a face este substituirea de tip surogat a puterii cu emoțiile asociate. De exemplu, în anxietate, datorită încordării și vigilenței, pot avea senzația de control și astfel de putere, în mânie, furie, enervare am o intensă senzație de energie, de vigoare și precizie, iar senzația că pot sfărâma lucruri, deci de putere, este foarte mare. Cu alte cuvinte, accesul direct la aceste emoții este o scurtătură pentru a avea senzația că pot, chiar în lipsa rezultatului obiectiv. Este suficient să mă enervez că nu iese cum vreau și mă simt puternic. Cam asta ar fi formula. De aici și tentația de a mă atașa de emoții care simt că mă afectează,

datorită acestui beneficiu. Rațional spun că aș vrea să nu mă mai enervez dar de fapt, asta dându-mi senzația de putere, mi-o provoc sau nu-i dau drumul când apare. Câtă vreme vreau să fiu puternic, să realizez, să pot… nu voi putea, de fapt nu voi vrea, dori la nivel emoțional să scap de niciuna dintre emoțiile asociate. Câtă vreme îmi doresc putere și faimă, nereușita îmi va aduce inevitabil rușinea și/sau vinovăția, iar față de acestea nu pot să scap decât fie prin totala nepăsare de orice (apatie), fie prin ispășire, autopedepsire – durere și suferință. Nu voi putea să dau drumul la suferință câtă vreme ea este ispășirea mea, pedeapsa care îmi va aduce mântuirea. Chiar voi refuza orice iertare, până nu sunt eu sigur că m-am biciuit destul… ca să fiu sigur că scap.

După cum se vede, sursa tuturor necazurilor astea este puterea care-mi aduce mândria. Toate drumurile, indiferent pe unde ai lua-o, duc la această trufie.

Și ce istovitor e… dar ce satisfăcător…
Și ce ușor e să dai drumul, să lași, să nu (te) forțezi… adevărata putere. Și ai și timp să te bucuri, să trăiești.
Dar parcă nu este atât de intens, de satisfăcător. Chinul, suferința, împotrivirea, enervarea, furia sunt intense, dau senzația de viață intensă senzațiile sunt tari.

Bucuria pare moale din perspectiva asta…
Dar doar pentru cei care n-au gustat-o…

55. Despre ideologia ignoranței

Procesul, de uitare, care poate fi pus pe seama mecanismelor obișnuite de apărare față de traumele din copilărie nu este întotdeauna al acestui "complex psiho-fizic" în care s-a întrupat o persoană, ci chiar a sufletului.

De multe ori, de la el izvorăște această ideologie. Că mai bine să nu știi. Dacă nu știi, rămâi bun. Dacă nu știi, nu ți-e frică. Dacă nu știi, nu te doare. Dacă...
Ceva de genul, dacă nu știu că ești defect, rău te iau în brațe, te iubesc, te iert...
Este o cale paralelă cu adevărul și duce la inautenticitate. La o falsă iertare, iubire, acceptare...
Simțirea e Calea.
Simțirea de maximă intensitate e percepută pe lumea asta ca durere. Sufletește, ca ardere. Simt dragoste – simt căldură.
"La început era Eh (Eu). Nimicul Absolut.
Și O absolută sfâșiere de a Fi izvora din Adâncul Nimicului.
Și așa a fost Yeh (Sunt).
Și Eh (Eu) a zis Yeh (Sunt). Și așa a fost EhYeh (Eu Sunt).
Și EhYeh (Eu Sunt) a zis de la Eh Simt (că) Yeh (Sunt).
Iar Yeh s-a înfierbântat și a răspuns născând Dragoste." (Mitul Creației).
Prima dată Eh spune Simt și Yeh răspunde dragoste (căldură, ardere).
Ce simt? Că sunt...
De aceea, fuga de durere este de fapt fuga de simțire...
Ce nu simt? Că sunt... Dragoste.
Și Yeshua e Meshyha a fost ispitit în Grădina Ghetsimani să îndepărteze acest pahar... Dar nu asta era Calea. Calea de a ajunge la dialogul primordial al lui Eh și Yeh.
Simt că sunt...
O veșnică sfâșiere de a fi... Eu.
E mai mult decât bucurie, e ceea ce unii numesc fără să știe ce e aia, fericire…

Sensul e că noi aici pe lumea asta avem de mers pe calea simțirii.
În această întrupare, cele cinci simțuri pot să accentueze simțirea, dar pot să o și distorsioneze. Distorsiunea se

poate datora mai ales minții, credințelor ei limitative, prejudecăților, ideologiilor...
Și asta pentru că trauma primordială constă în exercitarea alegerii, a libertății. Este o frică de Libertate, de Adevăr. Este o preferință pentru o libertate oarbă...

56. Despre vinovăție și control/frică

Oamenii urăsc responsabilitatea și viața pentru că se confundă responsabilitatea cu vinovăția, ceea ce într-un fel e corect...
De fapt, e același lucru...
Dar cultural, se spune că nu e bine să fii vinovat, pentru că ești rău, defect, greșit etc., dar e bine să fii responsabil...
Confuzia e firească în acest context.
Întrebarea rămâne:
E bine sau nu să fii responsabil/vinovat? Adică, e bine să fii liber? Adică e bine să fii?
Pentru că, dacă nu ești liber, ești robot, un mecanism, adică nu ești tu, viu (a fi viu, deci, persoană, înseamnă a fi liber, deci responsabil/vinovat)...
Confuzia creată de cultură e mare, pentru că ne induce frica de vinovăție (deci de libertate, de a fi viu etc.) și, pe de altă parte, ne impune responsabilitatea, adică libertatea.
Cum e posibil?...
Cum să "impui" libertatea?
Responsabilitatea nu se impune, ci face parte din libertate, adică din a fi viu...
Dacă ești viu, ești liber, deci responsabil.
Culmea... a fi viu, adică liber și responsabil nu este o alegere/responsabilitate (nu e o decizie, nu ține de noi sau doar de noi), ci doar a nu mai fi ține de noi...

Una dintre cele mai importante surse de nefericire umană constă în faptul că nu ne împăcăm cu neputința noastră și cu alegerile/voința celorlalți.
La noi, urâm faptul că nu putem. Ne simțim vinovați că nu putem. De exemplu, dacă vrem să iubim pe cineva și nu putem, ne simțim vinovați.
Adică, din cauza noastră nu îl iubim "așa cum ar trebui"...
Păi, dacă nu putem ceva, orice ar fi acel ceva, oricâtă intenție/bună-voință am genera, oricât efort am depune, efectul ar fi nul. De fapt, ne simțim vinovați de faptul neputinței noastre, care se manifestă prin furie împotriva neputinței noastre. Această furie nu înseamnă altceva decât un refuz al realității: nu accept faptul că nu pot, nu se poate să nu pot, nu am voie să nu pot... E un decret dictatorial pe care îl dau neputinței mele. Cu toate acestea... tot nu pot. Și mă zvârcolesc de furie și disperare...
Putința nu e de la mine, cum faptul că sunt om nu e de la mine. Adică nu este un efect al alegerii mele, al voinței, al sforțării mele. Dacă de mâine aș decreta că sunt fluture, în pofida oricăror eforturi, tot homo sapiens aș rămâne...
De asemenea, nu pot să produc viață la voință/alegere. Nu pot să îmi mai dau o zi de viață în plus. Pot însă să mi-o iau. Tot așa, nu pot să produc iubire și orice altă simțire prin care se spune DA. Pot produce doar un refuz, o împotrivire, un NU. Nu pot produce iubire și bucurie, dar pot produce vinovăție, ură, frică...
Nu pot produce viață, dar pot lăsa viața să fie. Nu pot produce iubire, dar pot lăsa iubirea să fie... Pot să las, nu pot să pot...
Pe de altă parte, când alții nu pot, de exemplu să ne iubească, îi învinovățim de rea intenție, că nu depun suficient efort..., uitând că în cazul nostru nicio voință și efort oricât de mare nu au fost suficiente pentru a produce ceea ce cerem de la alții. Ei, dacă ar vrea, ar putea...

Pe ceilalți îi învinovățim de rea-voință, pe noi, de neputință...
Măcar noi avem bună-voință... Avem intenții bune...
Dar ceilalți ar putea... dacă ar bine-voi. Ei clar nu vor, sunt răi. Clar sunt vinovați. Merită toată ura noastră, toata furia noastră... pentru că ei ar putea să genereze și viață și iubire și... tot ce dorim noi, dar nu putem...
Dacă ar vrea, ei ar putea să ne iubească...
Și... dacă noi am fi putincioși, poate ar vrea, ar prefera, ar alege să... ne iubească...
Voința lor, deci, e prin definiție mai eficientă decât a noastră în a determina simțire sau orice fenomen. Ei nu au scuze... pentru că la ei e o simplă alegere. Aleg să ne iubească sau nu. Nu presupune putut...
Mai mult, voința, intenția, gândul, emoția lor, sentimentul lor de ură, cuvintele lor rele, exprimate sau nu într-o formulă magică, au o extrem de mare putere asupra noastră. Ne pot îmbolnăvi psihic și fizic.
Întotdeauna, cineva sau ceva din exterior are o putere mai mare asupra noastră decât noi înșine. Răutatea cuiva îmi poate face rău nu doar psihic, ci și fizic. Ceva din exterior, malefic (un mediu toxic, blestemat sau plin de viruși sau germeni dăunători) mă poate ataca. Niciodată eu. Excludem din start ideea că noi putem să ne îmbolnăvim în orice fel datorită răutății noastre (bineînțeles, întotdeauna justificată), a emoțiilor negative precum frica, furia, ura sau a gândurilor negative.
De asemenea, aceste lucruri sunt valabile și în cazul gândurilor, emoțiilor bune. Dacă vin din partea celorlalți, au mai mare putere asupra noastră. Ne poate salva mai degrabă altcineva bun sau un mediu benefic sau un tratament bun etc., decât noi înșine, chiar dacă posedăm aceleași caracteristici/însușiri. De aceea așteptăm pasiv salvarea din afara noastră.
Noi suntem neputincioși... și neajutorați, dacă ceilalți (sau Soarta, Universul) „nu vor" să ne ajute.

Ceilalți (sau orice din exteriorul nostru) au mai multă putere, fie asupra noastră, fie asupra lor, fie asupra lumii în general. Noi nu avem putere, oricât ne-am strădui, doar tânjim după ea.
La noi, e multă voință, dar cu toate eforturile, nu putem. Ce să facem?
La ei, e vreau...
Nu acceptăm acest vreau al lor. Acest DA al lor către ceva ce nouă nu ne convine. De ce le place lor cutare lucru sau altul? De ce nu vor și ei ca noi? De ce nu simt ca noi? De ce nu simt ce vrem noi? De ce... de ce?...
Nu lăsăm DA-ul altora... nu lăsăm ploaia să cadă...
Ne e frică de libertatea celorlalți... de DA-ul lor. Încercăm toată viața din toate puterile să-l limităm, să-l manipulăm... să-l anihilăm...
E foarte istovitor... să nu lăsăm vântul să sufle.
Încă o neputință pe care ne-o punem în cârcă. Și de asemenea, încă o vinovăție: nu ne-am străduit suficient să îi facem pe ceilalți să...
Cum să lăsăm mântuirea noastră la alegerea celorlalți? Ei pot, dar au o rea-voință. De aceea considerăm că ține de noi să le „câștigăm" buna-voință, să le-o determinăm cumva. Cum credem noi că am putea să facem acest lucru?
Cum putem produce acest miracol, având în vedere că noi nu suntem putincioși?
Păi, cum altfel? Ne întărim voința, pentru că noi suntem niște voinici ai voinței... Ne încordăm interior și amplificăm și mai mult voința noastră. Prin încordare interioară, prin străduință, producem o hiperintenție, o supervoință care va reuși să determine voința celorlalți (Dumnezeu, îngeri, univers, orice ființă, inclusiv omul), fie să facă ce ne dorim, fie să nu facă ce nu ne dorim. Concomitent sau ulterior, ne concentrăm la extrem gândul ca un efort de proiecție, precum și intenția asupra efectului dorit. Acest proces este denumit de obicei stare de așteptare. Starea

în care așteptăm să se întâmple ce ne dorim sau să nu se întâmple ce nu ne dorim. Este arma noastră supremă, magică, prin care credem că ținem la distanță pericolele de orice fel și chema binefacerile. Toate pe lumea asta sau în orice lume am fi se supun sau ar trebui să se supună acestei supra-puteri... așteptarea noastră. E incredibil de puternică... credința noastră în ea. În sfârșit, ne-am descoperit „puterea”. Prin ea putem controla totul. De aceea nu vrem să renunțăm niciodată la ea...
De aceea suntem înțepeniți în așteptare, pentru că ne bazăm pe ea mai mult decât pe orice.
De obicei, numim această stare de așteptare împreună cu efectele ei corporale (de multe ori doar datorită acestor efecte) anxietate. Uneori o numim impropriu frică. Dar în frică, facem ceva concret, nu așteptăm. Ne luptăm sau fugim.
Aceste două neacceptări, a libertății celorlalți și a neputinței noastre, sunt surse pentru frică și depresie. Frica și ura față de libertatea celorlalți și depresie datorată neputinței noastre și vinovăției pentru asta.
Și totuși, când poți, te simți așa de bine!...
Așa e. E o mare plăcere în putere. Iluzia că stăpânești, controlezi viața...
E ca o dependență... poate cea mai mare dependență... dar una aleasă datorită senzației plăcute pe care o oferă. Plăcerea de a deține controlul poate face trimitere la plăcerea oferită de putere, de dominare, de a supune... realitatea, mediul, pe ceilalți...
Este ca un act autoerotic...
Pe de altă parte așa te poți absolvi de orice vină că ai putea păți ceva din cauza ta sau a neatenției... Dacă se întâmplă ceva, e de la "univers", nu că nu ai fost tu destul de implicat sau atent.
Și uite așa avem plăcere plus lipsă de vinovăție...
Când ești nevinovat ești victimă...

Orice victimă se simte perfectă, fără greșeală... aproape sfântă... Iată încă o plăcere.. plăcere la pătrat...
Doar ceilalți, universul sunt de vină...
A pune în cârca altuia e o descărcare de povară, de vinovăție...
Interesant cum cel care vrea să dețină controlul, care tinde să se supraresponsabilizeze, vrea de fapt o deresponsabilizare...

Când simt bucurie, durere, tristețe, iubire, păsare nu este alegerea mea și nici a altora.
Și dacă nu simt astea, iarăși nu este alegerea mea sau a altora. Deci, dacă nimeni nu poate fi cauzator, nimeni nu e vinovat.
Dar dacă eu, simțind durere, tristețe de exemplu, nu las să simt asta, înseamnă că eu aleg să nu las, aleg să mă împotrivesc conștient sau inconștient durerii, e un nu vreau... Și atunci aleg, conștient sau inconștient, să fac ceva pentru a nu mai simți asta. Crezând că acest lucru este un efect al unei cauze, o caut pentru a o anula ca astfel să anulez efectul – durerea. Caut vinovatul. Îl pot găsi în mine sau în afara mea, în ceva sau cineva. Și, după ce cred că am găsit cauza/vinovatul, îndrept energia emoțională a durerii/tristeții către cauză, cu speranța că o pot anihila și astfel anula durerea. Această alegere de îndreptare către cauză/vinovat a energiei durerii se numește furie, ură, supărare. Pe scurt, acestea trei, sunt învinovățiri. A învinovăți este o alegere. Dacă găsesc cauza în mine, sunt furios, supărat pe mine, mă urăsc pe mine. Dacă o văd în afara mea sunt furios, supărat, urăsc pe altcineva sau ceva exterior mie.
Acestea pot fi exprimate pe o paletă largă de manifestări de la violență comportamentală până la pura încordare fizică și emoțională, inhibată ca exprimare exterioară.
Efectul scontat este nul. Nu se poate anula durerea chiar dacă ucid vinovatul. Indiferent unde văd că este cauza,

chiar dacă eu cred ca o îndrept către ea, energia rămâne de fapt în mine, iar efectele nocive ale acestei energii sunt distrugerea mea, fizic și psihic.
În concluzie, am de ales între a lăsa și a trăi această durere sau a merge pe calea de mai sus. Asociat căii de mai sus, mai sunt și mecanismele negării, refulării, suprimării, reprimării, sublimării. Toate cu efectele lor secundare mai mult sau mai puțin nocive.
Cu alte cuvinte, când aleg să nu trăiesc durerea, aleg să fiu supărat, furios pe mine sau pe altul, aleg să urăsc pe altul sau pe mine.
De cele mai multe ori procesul e inconștient și are reactivitatea unui impuls, unui instinct. Dar originea lui stă într-un "progrămel". Când copilul cade, dăm na-na la asfalt sau la piatra de care s-a împiedicat. Ea e devină că era acolo, că există...
Cineva trebuie să o încaseze, să plătească. După ce pățește, copilul primește "satisfacție" și iată că nu mai plânge. Deci, nu îl mai doare. Ecuația e simplă.
Credința, dogma e stabilită. De aia și funcționează așa bine.
Dar mai este ceva ispititor la vinovăție, poate mult mai mult decât utilitatea infantilă de deresponsabilizare. Faptul că ne creează senzația de control și ne oferă un sentiment de identitate (a ne simți noi înșine, unici, deosebiți, speciali).

În puținele cazuri în care simțim că trăim, vrem să murim, fie din cauza durerii, fie de bucurie.
Mai ales când suntem bucuroși spunem că ăsta e un moment și un loc numai bun de murit...
Adică, atunci când simțim cu adevărat că trăim, simțim că e un loc și moment bun de a muri?
Când ne simțim morți, vrem să simțim că trăim, iar când simțim că trăim, vrem să murim?

Sau de fapt vrem să permanentizăm aceasta simțire de a fi viu?
Când încercăm să facem asta eșuăm lamentabil. Rupem din fluxul viu al viului o bucată, un moment pe care îl imortalizăm. În felul ăsta noi împăiem viul. Viața noastră se transformă astfel într-un insectar de momente împăiate. Ne resemnăm într-un voaiorism nostalgic, așteptând să ne completăm insectarul cu specimene de trăiri speciale, rare... Iată o viață care a meritat...
Facem multe ca să simțim că trăim, dar nu știm ce să facem când trăim și vrem să murim, să nu mai fim, să se termine.
Este plin de sens și cu înțeles să faci chestii ca să... simți că trăiești. Dar când trăiești, simți bucurie... care mai e sensul? Ce mai urmează? Pentru ce simți că trăiești? Pentru ce te simți viu? Unde mai e sensul?
Ce-ți mai poți dori când te simți viu, simți că trăiești, când ești în bucurie?
Când sensul este dat de un scop în viitor, totul este în regulă. Sunt activ, muncesc pentru realizarea scopului (să zicem bucurie, fericire, să mă simt viu...) și în felul ăsta am un sens, dar mă simt mort (nu mă simt viu, ăsta fiind un deziderat). Când ating scopul de a fi viu, pierd sensul... Pare un paradox, dar e o realitate a simțirii. Și da, simțirea e paradoxală. Nu prea știm să trăim fără sens, ceea ce înseamnă că nu prea știm să trăim când simțim bucurie, când ne simțim vii. Atunci vrem să murim sau ne îndreptăm iar spre un scop care să ne dea un sens. Adică, ne îndreptăm fie spre suferință, în care găsim mult sens, fie în căutarea unei alte trăiri... timp în care, bineînțeles, nu simțim că trăim...
Ideea e că nu simțim sens decât în drumul către un scop (fie acesta trăire, bucurie etc...), câtă vreme suntem pe drum, permanent în mișcare, câtă vreme mergem în altă parte. Niciodată aici, niciodată acum. Ori viața (bucuria,

trăirea) este întotdeauna acum și aici. Nu în altă parte. E sens în sine, iar sensul însuși e fără sens...
A ști e primul pas. În principiu, ăsta e pasul care ține cel mai puțin de noi.
Ține mai mult de cei (aici intră toți ceilalți, inclusiv universul) care te ajută să vezi asta.
Următorii pași țin mai mult de noi...
Următorii pași țin mai mult de noi, în sensul că, mergând pe calea exercițiului libertății (propriei alegeri), asumării, responsabilității, începem să simțim că nu mai împărțim acestea cu alții. Devenim din ce în ce mai stăpâni pe propria viață... Asta înseamnă că nu mai avem cu cine să împărțim responsabilitatea/vina pentru propria viață. Iar asta echivalează cu simțirea singurătății, atâta vreme cât ești singurul responsabil de propria viață.
Această perspectivă, pe care, dacă nu o conștientizăm, în mod clar o intuim la un anumit nivel, este perspectiva singurătății în purtarea poverii propriului destin. Această perspectivă o vedem/percepem/interpretăm ca amenințătoare și de aceea alegem să nu facem următorii pași. Nu vrem să fim singurii responsabili de propria viață. Nu vrem să fim singuri în fața responsabilității/vinovăției. Vorbesc aici de vinovăția autentică, faptică, cea care vine împreună cu libertatea, nu de sentimentul de vinovăție care apare întotdeauna în neputință, deci când ceva nu ține de noi, deci care e în afara ariei noastre de libertate. Această vinovăție "faptică", enunțată mai sus, face referire la situația în care cineva exercită o acțiune directă sau indirectă, la diateza activă, asupra cuiva sau asupra a ceva, deci atunci când acțiunea sa determină, cauzează un efect. A fi vinovat înseamnă, în fapt, a cauza.

Un exemplu clar este următorul.
Cineva (Gheorghe) îi dă o palmă cuiva (Vasile). În acest caz, Gheorghe a cauzat durere fizică lui Vasile. Deci Gheorghe este vinovat pentru durerea pe care în mod

direct a provocat-o lui Vasile. Dar Gheorghe spune că este nevinovat, că nu a avut de ales, pentru că a fost determinat să facă asta din cauza comportamentului lui Vasile. Vasile nu voia să asculte de argumentele lui Gheorghe, ținând-o pe a lui că știe el mai bine... Această încăpățânare "l-a enervat" atât de tare pe Gheorghe încât "nu a mai avut de ales" decât să-i de-a lui Vasile o palmă. Ce era să facă? Îi plesnea capul de nervi...
În exemplul de mai sus, Gheorghe este vinovat faptic, dar Vasile este cel învinovățit.
Acest exemplu, poate fi luat ca model/pattern pentru orice altă situație.
Adeseori auzim "M-ai băgat în spital/mormânt maică! Uite cum ți-ai bătut joc de viața ta"... Această învinovățire este similară celei pe care Gheorghe i-o aduce lui Vasile.
Vasile nu exercită nicio acțiune asupra lui Gheorghe, nu-i face nimic, nu-i aduce niciun prejudiciu, nu-i cauzează nicio daună. El doar face ce vrea cu propria lui viață, cu propriul corp, cu propriile idei convingeri etc. Gheorghe, însă, îi cere lui Vasile să facă cum îi spune el, să creadă ce și cum crede el, să fie de acord cu el. Gheorghe încearcă să îi impună lui Vasile propriile sale valori, creează asupra lui Vasile o presiune. Pentru că acest lucru nu are eficiența dorită, el SE enervează (așa cum te poți enerva pe vântul care suflă altfel decât vrei tu), adică se înfurie că ceva sau o voință nu se supune voii sale, astfel că el se împotrivește acestui fapt, acestei realități din afara ariei sale de putere și creează o presiune interioară. Ca și consecință, el simte o presiune în cap și, ca să scape de această presiune potențial periculoasă pentru sănătatea sau confortul său, o descarcă printr-un act, cum ar fi o palmă (bineînțeles, justificat...).
Asemenea comportamente și concepții sunt larg răspândite. Ele constituie o cultură. O cultură educațională a ordinii, disciplinei și siguranței... Cultură care sădește în conștient, precum și în fundamentele subconștientului sau

inconștientului oamenilor ideea de vinovăție "nonfaptică". În acest mod ei ajung să se simtă vinovați, atunci când nu sunt cauzatori, atunci când sunt nevinovați "faptic"...
În felul acesta, oamenii se simt vinovați/responsabili de mulțumirea sau nemulțumirea celorlalți, de fericirea și nefericirea acestora, dacă ceva nu merge bine în preajmă sau în general în lume, dacă apropiații se îmbolnăvesc sau mor, dacă ceilalți simt sau gândesc bine sau rău despre ei, dacă suflă vântul prea tare, dacă, dacă...
Această simțire de vinovăție "nonfaptică" are ca și caracteristică o presiune pe care persoana o exercită asupra sa, dinspre interior spre exterior. Se forțează să poată. Să poată tot ceea ce e în afara puterii sale. Să poată să facă să nu se îmbolnăvească și să nu moară cei dragi ei, să poată să genereze/determine în ceilalți iubire pentru ea, să poată să determine soarele să răsară de la apus... Cu alte cuvinte, ea vrea să fie cauzatoare (vinovată/responsabilă) de bine în toate lucrurile ce nu țin de ea și se simte cauzatoare (vinovată/responsabilă) din cauza neputinței sale.
Cauza fiind neputința sa, își îndreaptă presiunea asupra acesteia pentru a o face mai putincioasă. Poate că nu s-a străduit suficient... Cu mai mult efort, cu mai mult sacrificiu, poate reușește... Când are impresia că se apropie, se îndepărtează și mai mult... Intră în disperare și/sau se înfurie pe neputința sa, pe ea însăși că nu este în stare. Într-un final sentimentul de neputință devine atât de evident și de dominant printre alte simțiri, încât aproape că nu mai simte altceva. O neputință copleșitoare, în fața căreia se simte dezarmată, strivită. Resemnarea în fața acestei neputințe devine o "soluție salvatoare" și cade în depresie, adică nu mai vede niciun rost să mai facă, să mai vrea ceva din moment ce nu poate nimic... bucuria, pofta de viață, trăirea oricărui moment de viață devine astfel inaccesibilă.

Cât timp, însă, mai speră că voința sa, străduința sa, efortul său vor putea face o diferență, va continua până la epuizarea totală, până la îmbolnăvire și/sau moarte...

Acestea sunt cele două deznodăminte inevitabile ale vinovăției "nonfaptice". Dar până să ajungă la aceste finaluri, oamenii trăiesc în conflict cu ei înșiși, în suferință, în disonanță, cu efecte destabilizatoare în planul sănătății psihofizice și în planul relațiilor cu ceilalți – disfuncționali pe mai toate planurile vieții, scăzându-le drastic calitatea vieții.
Dar când oamenii, chiar atunci când se simt vinovați "nonfaptic", sunt confruntați cu vinovăția "faptică" (atunci când cauzează, când sunt efectiv responsabili prin ceea ce fac celorlalți sau își fac sau nu își fac lor, adică atunci când pot, când se află în aria lor de putere), ei își derogă responsabilitatea, se dezvinovățesc. Și fac asta în mod aproape reflex. Expresii precum "nu eu doamna...", "nu am vrut...", "...pentru că m-am luat după...", "din cauza lui...", "din cauză că așa sunt eu... prost/nebun/genă proastă, semăn cu...", "nu am avut ce face...", "nu pot" etc. sunt exemple cunoscute în acest sens.
Interesant este că atunci când oamenii cauzează ceva, conștient sau nu – deci, când pot –, se scuză că "nu au putut" face altfel și, eventual, se justifică și prin "pentru că" au fost forțați de cauze externe voii lor care au suprimat-o, au transformat-o în ne-voie – "nu am avut ce face, am fost nevoit...", spun ei adesea în apărarea lor.
Aceasta este prima fază, faza de apărare împotriva consecinței posibile, a pedepsei. Dacă pedeapsa apare totuși, resentimentul ulterior (precum și sentimentul de nedreptate sau incorectitudine) împiedică asumarea responsabilității/vinovăției.

În lipsa pedepsei, în schimb, este probabil să apară la oameni regretul, părerea de rău. Ca excepție de la acest

proces, poate fi acea categorie de oameni încadrată în diagnosticul de psihopatie/sociopatie sau tulburare de personalitate antisocială. Aceștia nu dezvolta nici frica de pedeapsă, nici regret sau părere de rău, ba din contră, ei pot simți satisfacție sau plăcere – plăcerea de a se simți puternici, în urma dovezii de netăgăduit că voia lor a schimbat, a determinat, a cauzat ceva în realitate. O dovadă că ei sunt cauză, demiurgi, atotputernici, dumnezei. Dovada că ei chiar există – dovadă de care ei au disperată nevoie, pentru că nu simt deloc că sunt.

În regret, cei care nu se încadrează în categoria susnumită încearcă să se împotrivească realității trecutului, încearcă să-l schimbe, să facă să nu se fi întâmplat. Această încercare este una disperată și în același timp falimentară, dar ei se agață de fapt de o speranță absurdă mai degrabă, decât să accepte realitatea dureroasă a vinovăției autentice.
Modalitatea predilectă de a scăpa de consecința reală a vinovăției – aceea de făptuitori unici, fără împărțirea acesteia cu alții sau cu "circumstanțele atenuante" – este de a cerși o pedeapsă, oricare ar fi aceasta, chiar și moartea pentru a primi ispășire, izbăvire.
Izbăvirea este văzută ca eliberare de focul mistuitor al vinovăției. Și aici vinovăția se transformă în rușine.
După Jung "rușinea este o emoție care mănâncă sufletul". Așa e, dacă te împotrivești rușinii, dacă faci tot posibilul să scapi de ea.
A trăi rușinea înseamnă a trăi căderea din iluzia orgoliului, a ce cred, m-am iluzionat că sunt. În rușine sunt față în față cu mine real, așa cum mă percep eu pe mine fără filtre. Așa cum nu vreau să fiu, dar sunt. Cu ce resping la mine. Cu ce nu sunt de acord la mine. De rușine nu pot scăpa fugind de ea în vinovăție sau compensând-o printr-un orgoliu nemăsurat. La un moment dat își va scoate capul monstruos și privirea ei mă va împietri.

Trăirea ei înseamnă să o las să mă ardă. Dacă o las, mă va arde până la purificare. Dacă mă împotrivesc ei, mă va arde până la mistuire (îmi va mânca sufletul).
Purificarea ei mă va elibera doar dacă accept trăirea acestei arderi.

Ceea ce se simte în arderea mistuitoare este o durere ca o ardere. O ardere de sine. Rușine de cum sunt și în același timp vinovăție că sunt așa. Această durere resimțită ca o ardere de propria ființă este o împotrivire la propriul "a fi așa". Împotrivirea reprezintă vinovăția, adică încercarea de a mă schimba, modifica, elimina, purifica – este ultima încercare de a (mă) respinge, de a repara greșeala, este pedeapsa pe care mi-o aplic singur pentru a ispăși. Rușinea reprezintă faptul că nu mă accept așa cum sunt, singur cauzator, făptuitor al răului. Mă simt singur în fața vinei. Și neputincios... singura putință care mai rămâne este aceea de a nu mai fi. Într-un fel sau altul, rușinea duce inevitabil la moarte, pentru că ea de fapt e un refuz al adevăratei pedepse.

Ultima etapă constă în acceptarea totală și necondiționată a vinovăției. Acceptarea că sunt singurul făptuitor al "răului", fără nicio altă scuză. De asemenea, asta presupune să nu cer pedeapsă – adică, să nu cer nicio ALTĂ pedeapsă, să nu vreau comutarea pedepsei adevărate. Pedeapsa adevărată nu este altceva decât confruntarea cu adevărul. Iar adevărul este acela că sunt singurul făptuitor al "răului" și simt/trăiesc asta ca o ardere, ca un foc care mă mistuie. A accepta ca acest foc să mă ardă până la nimicire, mai mult, să trăiesc "în veci" asta, reprezintă adevărată ispășire. Atunci pot spune că m-am iertat, că m-am izbăvit.

Soluții:

Când lași durerea să te străpungă ca un cuțit care intră prin inima ta și trece pe partea cealaltă, conflictul generat de vinovăție se transformă în pace și vinovăția se topește...

Când lași frica să fie, ca atunci când o otravă îți inundă toate celulele corpului și te lași să mori, te despovărezi de grija vieții și începi să trăiești... te simți liber, tu însuți, viu... simți ceva pe care poți să-l numești fericire...
Ceea ce simți e că ești, bucuria de a fi... plin de ceva ce vrei să împărtășești, să dăruiești, pur și simplu se revarsă din tine... e viața care se revarsă către viață... o poți numi iubire...

Frica de frică este alegerea de a fugi, de a te apăra de frică – de simptomele, de senzațiile cu care vine sau le provoacă frica.
În acest fel nu fac decât să mențin pe veșnicie frica. Tot timpul va fi acolo să mă aștepte, să mă atace. Nu voi scăpa niciodată de ea.
Scap de ea doar când o las să treacă prin mine și să-mi ia tot. Dacă nu o las, mă va asalta tot timpul.

Deci, dacă decid să o las să mă atace, să facă ce vrea cu mine, fără să mă împotrivesc deloc, să mă las pradă ei, chiar cu riscul de a mă omorî, atunci, după ce trece, rămân doar eu, fără ea. Dispare, sunt eliberat.
Sunt de acord să fac lucrul ăsta?
Am de ales între a face asta sau a rămâne în situația în care sunt deja.
Nu este ușor, dar ține doar de mine să fac sau nu asta. Nimeni nu poate să mă ajute să fac asta.
Toți cei care suntem într-o astfel de situație, avem de ales între aceste două opțiuni.

Nu ne poate ajuta nimeni să facem alegerea. Putem doar să nu fim singuri când facem alegerea, dar suntem singurii care o putem face.

Fiecare își poartă propria cruce (frici, dureri, suferințe, vinovății...). Nu putem prelua crucile celorlalți, nici ei pe ale noastre. Putem fi doar împreună, dar fiecare are de cărat propria cruce (de trăit cu fricile și durerile proprii). Nimeni nu ne poate apăra de fricile noastre, nimeni nu ne poate alina durerile. Suntem neputincioși în a alina durerile celuilalt, suntem neputincioși în a-l apăra de frici. Singurul lucru pe care-l putem face este să fim împreună cu el.

De obicei, ceilalți cred că trebuie să te salveze de frică și să facă să-ți treacă durerea. Dar nu le stă în putință. Ei nu sunt obișnuiți cu neputința. Când tu te vaiți sau le spui cum te simți (negativ), atunci ei realizează că nu au cu ce să te ajute și simt neputință. Urăsc să fie neputincioși și preferă să nu audă, vor să taci.

Singurul lucru pe care ar putea să-l facă este să te asculte, să fie cu tine și, eventual, să te ia în brațe. Dar ei nu sunt în stare să facă asta cu tine, pentru că nu sunt în stare să facă asta nici cu ei înșiși.
Puțini oameni sunt în stare să facă asta. Cei care pot fi singuri. Pentru că aceia fac asta cu ei înșiși. Și dacă o fac cu ei înșiși, o pot face și cu ceilalți.
Când cineva este prezent cu tine, când te ia în brațe, te simți acceptat și eliberat de vinovăție, simți dragoste... Asta e reconfortant și tămăduitor. Duci mai ușor durerea. Înfrunți mai cu curaj frica...
Dar nu poți cere cuiva să facă lucrul ăsta, pentru că nu se oferă la solicitare, mai ales că asta înseamnă în capul lor să trăiască neputința... Vor refuza, se vor eschiva, vor considera că le ceri prea mult...

Dar...
Pot fi eu cel/cea care face asta cu mine. Nimeni nu mă împiedică.
Dar dacă eu nu vreau sau nu pot, atunci este prea mult să cer altora să facă pentru mine ce eu nu vreau/pot să fac pentru mine.

57. Despre păcat

Păcat este ce consideră fiecare om că este păcat…
Tradițional, păcatul este legat de vină (din cauza... s-a petrecut… ceva, îndeobște "rău"), care este necesar să fie reparată. Unii o repară prin pedeapsă, considerând că asta repară... Alții altfel…

Este multă dezorientare în domeniu…
Ce să faci ca să te întregești, să fii tu cu adevărat și să fii în adevăr, împreună cu "Ei". Asta se poate doar în Duh.
Deci ce facem să fim în duh?
Dacă suntem în Duh, suntem în bucurie.
Ce să facem să nu ne mai îndepărtăm de asta?
Cred că una din "chestii" este să nu mai alergăm să fim grabnic nemulțumiți.
Să nu ne mai împotrivim…
Să exersăm asta…
Iarăși și iarăși…
Nu trebuie să revenim în Duhul, ci să nu mai plecăm…

De ce se supără oamenii...?
De ce se frustrează, enervează etc...?
Cum de ce?
Nu este evident?
Dacă nu se îndepărtează, dacă nu se separă, dacă nu se împotrivesc, nu se mai simt suficient de ei înșiși...

Cea mai puternică senzație de a fi tu însuți o ai în separare, în împotrivire, în supărare, ură etc...

58. Fără de păcat

"Cine este fără de păcat, să arunce primul cu piatra."
Chiar dacă ești fără de păcat și arunci cu piatra, ai comis din start mai multe păcate:
1. Te-ai considerat fără de păcat în raport cu alții (comparația). Te consideri mai bun – trufia. Deci ai făcut o judecată asupra ta și a celorlalți.
2. Ai judecat pe celălalt și ai hotărât că este vinovat/păcătos.
3. Ai condamnat și ai dus la îndeplinire execuția pedepsei față de celălalt. Condamnator și pedepsitor.
Chiar dacă până în acel moment ai fi fost fără de păcat, din acel moment ești mai păcătos decât cel mai păcătos posibil până în acel moment.

59. Despre joacă

În "creșterea spirituală" – jocul, frumosul, degeaba-ul, renunțarea la util, la funcțional ca scop, ca țintă este pentru om primul pas de făcut în urcușul spiritual. Nu este țintit urcușul spiritual. Nu este vizat niciun scop de vreun fel. Acesta va fi eventual un efect secundar. Acest pas este pasul "Genezei" (Și a văzut Dumnezeu că este frumos/bine). Adică, că este. Prin simplul fapt că este este frumos/bine. Nu este necesar nimic în plus. Doar să te bucuri de asta, să trăiești asta, să trăiești frumosul, să trăiești în joacă.

Capacitatea de a fi copil – copilul lui Dumnezeu. Să redobândești asta și să nu o mai pierzi prin sobra

seriozitate a utilității, a funcționalismului, a obsedantei căutări a menirii pe care o ai în ființare. Este îndemnul "când veți deveni ca unii dintre aceștia (copii)... veți intra în Împărăția lui Dumnezeu". Este vorba de sămânța bucuriei care crescută cu înțelegerea/cuprinderea/îmbrățișarea a ce este (iertarea) și lipsa totală de împotrivire (pacea) poate avea suficient spațiu (respect, libertate) și hrană (iubire necondiționată) pentru a înflori în dragoste – în bucuria păcii.

Altfel, pacea va fi resimțită ca apatie și plictiseală. Iar plictiseala va bântui omul aflat în inacțiune, motiv pentru care el nu va putea obține relaxarea decât cu ajutorul unor acte (fizice sau intelective) sau substanțe – va fi dependent de acestea pentru a nu cădea în vidul de sens. Va dezvolta, adică, patimi. Jocul degeaba, a fi-ul de frumusețe schimbă total viziunea, atitudinea raportat la sens. Nu mai vezi sens în asta (în statul degeaba, în joc, în orice faci sau nu faci), dar îl simți, simți sens în asta, te simți tu, liber, viu. "Îmbrățișarea" acestei atitudini se poate face oricând și la orice nivel te-ai afla. Însă, cel mai ușor și firesc se poate face după ce ai ajuns la acceptare după ce ai învățat și practicat a lăsa să fie. Terapia prin joacă este o terapie de introducere în cea spirituală. Joaca este creația copiilor... Lui Dumnezeu.

În asta constă cu adevărat a fi călugăr – un copil al lui Dumnezeu iubitor de frumos. Nu în izolare și frică față de lume (și Dumnezeu), ci în iubire, în a îmbrățișa creația Lui Dumnezeu în toată diversitatea ei, fără discriminare și judecată (necondiționat). Într-un fel, răspunsul copilului către Părinte să fie tot un Da, este frumos/bine ce este – recunoștința pentru tot ce este, mulțumirea cu ce este și bucuria de ce este. Călugărul plin de duh și har este bucuros, zâmbitor, șugubăț (plin de umor). Este plin de viață. Toți copii Lui Dumnezeu sunt chemați să fie călugări

– iubitori de frumos. Să se hrănească cu frumusețea creației Lui Dumnezeu. În felul ăsta participă ei la Creație – cu bucurie, în joacă, principalul partener de joacă fiind Dumnezeu...

60. Despre bucurie

Nu există lipsa bucuriei…
Bucuria este permanent prezentă. Sf. Duh este prezent peste tot, în Tot.
Este vorba mai degrabă de accesarea bucuriei. E o problemă cu asta.
Ce împiedică aceasta accesare?
Pentru unii o piedică o constituie faptul că vor "mai" mult. Pentru alții, că vor satisfacții permanent. Pentru alții că vor să evite insatisfacțiile sau neîmplinirile și caută să le prevină și astfel sunt orientați către "probleme" și nimeresc în ele… etc.
În esență, nemulțumirea oamenilor îi îndepărtează de bucuria care le e la îndemână. O caută cu disperare, dar ea este în ei sau pe nas, ca ochelarii…
Dar ei nu vor bucuria (care înseamnă să trăiești ce este așa cum este), ci vor satisfacția rezultată din împlinirea dorințelor lor.
Pur și simplu dau la o parte bucuria pentru satisfacție…
Ce este satisfacția?
Este sentimentul că am reușit, am putut, să… fac, să determin etc. – putere, evidența puterii…
Asta îi mulțumește pe ei. Pentru scurt timp, după care caută altceva de satisfăcut... de aici dependența. Dependența este de această satisfacție.
Cel mai ușor este să te satisfaci printr-o dependență fizică – alcool sau muncă, sport, păcănele etc. În mod repetitiv, căci nu durează.
De ce nu durează?

Păi nici satisfacția prin natura ei nu durează. Pentru că satisfacția este legată de rezultat. Rezultatul este "scurt". Indiferent cât timp ți-a luat să ajungi la el, acesta ține o secundă sau câteva secunde. Rezultatul marchează sfârșitul, încheierea unui proces. Cât poate să țină sfârșitul?
Cât spui "gata"...
Apoi se necesită "începutul" unui alt proces pentru un alt rezultat, pentru un alt sfârșit…
Satisfacțiile sunt legate de sfârșituri, de sfârșit. Nu prea îți vine să stai și să te împlinești prea mult din sfârșit…
Sfârșitul sună a moarte… este adevărat că este o ușurare (în sfârșit am terminat…), dar apoi impulsul de viață te trage de acolo și te pune iar pe drumuri. Sau poate frica face asta… frica de sfârșit, de moarte.
Oamenii vor satisfacții care de fapt înseamnă sfârșituri, morți… Când ajung aici simt ușurare, cum simte orice om când moare, dar nemurind la propriu, fuge repede de acolo, îndreptându-se către un alt rezultat, către un alt sfârșit, satisfacție, adică către o altă moarte..
Cine-i pune?
Dracu'?
Nu cred..
Ei spun că vor bucurie, dar de fapt vor putere, să poată. Dar aceasta îi duce la un capăt, la un rezultat. Oamenii au puterea de a ajunge undeva, la un scop, țel etc. – la un capăt, sfârșit, adică la moarte. Ei au puterea să ajungă la moarte și deci vor să își exercite aceasta putere, să moară…
Ca să acceseze bucuria le este necesar să renunțe la putere, la exercitarea acesteia în vederea atingerii a ceva (scop, rezultat etc.)...
Într-un fel, cei care nu-și ating scopurile și rămân pe drum spre acestea sunt în viață, nu au ajuns la moarte. Dar nu au timp să trăiască, să se bucure, căci ei au treabă, se chinuie să ajungă la scopuri, la rezultate, la satisfacții…

În concluzie, nemulțumirea îndepărtează omul de bucurie. Nemulțumirea îl face să nu aprecieze ce este. Prin asta se scade valoarea lui este, a ce este și se îndreaptă spre ceva ce nu este – rezultatul... care după cum am văzut este moartea, încheierea...
Omul nu are timp să se bucure pentru că nu prețuiește de fapt asta, ci valorizează ce nu este, un rezultat aflat în viitor, care de fapt este o încheiere, un sfârșit, o moarte.
Deci omul nu valorizează pe Este, ci moartea…

Prins în actul faptei, omul uită că asta este pentru a se bucura, pentru a savura viața actului respectiv. El este furat de scopul faptei, de "unde duce asta?" și astfel se grăbește să ajungă la final, să finalizeze, ca o ejaculare precoce. Numai asta are în cap și nu se mai bucură, nu mai zăbovește în momentul de viață, aleargă grabnic spre sfârșit, obsedat să termine, să se termine…
Ce să se termine?
Viața?
Cum se spune în popor "Unde te grăbești mă așa? La moarte?" Se pare că da…
Freud a adăugat în a doua perioadă a vieții sale alături de principiul, impulsul plăcerii pe cel al morții ca factor determinant al comportamentului uman. A sesizat el ceva…

61. Despre moarte și viață

"Moartea e ușoară, se întâmplă doar o dată. Viața e grea, trebuie să te trezești în fiecare zi." (Minamin)

Ca să trăiești este necesar să înduri chestii repetitive. Să adormi și să te trezești în fiecare zi, să mănânci în fiecare zi, să te caci în fiecare zi, să... respiri în fiecare minut. Necesită multă răbdare, să stau și să trăiesc toate astea.

Nu prea avem răbdare să stăm. Sărim dintr-o clipă în alta. Nu știm unde, doar vrem să scăpăm de clipa care este. Parcă ne strivește. Alergăm încolo, orice ar însemna acest încolo. Oriunde, dar nu aici, oricând, dar nu acum. Sărim tot timpul din clipă. Ne ajutăm pentru asta de fapte. Este necesar deci să facem mereu ceva, ca să "omorâm timpul".

Ce e timpul? Timpul vieții noastre, viața noastră. Ne omorâm făcând ceva. Adeseori întrebăm pe câte unul care e un mare făptuitor "ce te omori mă așa cu aia?", iar răspunsul este "păi vreau să scap..." sau "trebuie...", iar dacă aceeași persoană se întâmplă să nu aibă nimic de făcut, se neliniștește și spune că "trebuie să facă ceva, că nu poate sta așa, nu se simte bine..."
Nu se simte bine să stea fără să facă, iar când face, vrea să termine... Vrea să scape și de nefăcut nimic și de ceea ce face.
Vrea să scape. Fuge mereu. Oare de ce anume?

Nu există un "încotro", doar un "de unde" și "de când". De aici și acum vrea să scape. Aici și acum se află în viață. Asta e naspa. E o trudă greu de suportat, de digerat, de trăit. E greu de trăit viața. Și fugim mereu din ea până ne salvează moartea. Dar când vine moartea, hop, stai că n-am apucat să mănânc și eu porția de viață... am fost ocupat să fug de ea prin diverse faceri, gânduri, frustrări...

Dar este așa o ușurare, o despovărare moartea asta. Și nu te plictisești murind. Durează puțin. Doar viața durează suficient de mult încât să te plictisești, când nu te omori cu făcutul...

62. Atacul la libertate

Atacul la libertate este atacul la persoană, la esența acesteia, la ce este mai sfânt în persoană – este totală lipsă de respect. Cu o astfel de persoană, care are această atitudine, nu exista relație, pentru că această persoană desconsideră persoana din fața ei. Este necesar să înțelegem că cel care ucide trupul este mai benign decât cel care încearcă să ucidă sufletul, iar acesta din urmă este mai benign decât cel care încearcă să ucidă spiritul (persoana) pentru a intra în posesia trupului (a face ce/cum, când, unde vrea el) sau sufletul (a simți ce/cum, când, unde vrea el).
Este adevărat că nu se poate ucide spiritul, pentru că este indestructibil. Și nici sufletul...
Dar încercând să ucizi spiritul (libertatea), alterezi (nu ucizi) sufletul, adică poți sufoca, "ucide" simțiri ca iubire, dragoste, atracție etc…, mai ales la cei la care acestea sunt condiționate (majoritatea oamenilor).
Doar cei care au ajuns la iubirea necondiţionată şi/sau dragostea necondiționată, nu sunt influențați de atitudinea de atac la libertate. Dar ăștia sunt puțini și nu neapărat te pot și atrage în sens de cuplu…
Asta fac oamenii…
Cu intenții bune. "Stai mă aici să te iubesc", "lasă-mă să te iubesc, să mă bucur de tine (cum vreau eu, când vreau eu, unde vreau eu)", "nu pleca, nu ai voie să pleci, să te duci, să mă abandonezi... că ai fi rău, m-ar durea...", "Stai aici pentru mine, cum vreau eu, nu cum vrei tu…" – adică fii pentru mine, fii cum vreau eu, ca să mă simt văzut, simțit, auzit, ascultat, valorizat, prețuit etc., să-mi fie bine, să fiu fericit… De tine depinde fericirea mea…
Așa că, trebuie să dețin controlul fericirii mele. Dacă depinde de tine, atunci libertatea ta, persoana ta (care nu poate depinde vreodată de ceva sau cineva în libertatea ei deplină) poate fi un pericol la adresa "fericirii" mele.

Ceea ce vreau eu de la trupul (fapte, acțiuni) și sufletul tău (simțiri, atitudini) pot să nu mai primesc dacă persoana care le "deține" pleacă sau mai știu eu ce face. De aceea încerc să creez lanțuri prin dependențe, prin șantaje, prin negocieri, prin amenințări, prin orice mijloace pentru a anihila "dreptul" de posesie al persoanei asupra sufletului și trupului propriu. Atac "proprietarul" pentru a-l deposeda, pentru a intra ca un furător în posesia bunurilor sale, pentru a mă înfrupta din trupul și simțirile sale care îmi aduc atâta bucurie...
Nu pe el îl vreau, ci ce are el…
Ca să nu mai facem asta, este necesar să nu mai gândim și să simți așa...
Să nu mai vrem ceea ce vrem cu disperare – iubirea, dragostea și trupul cuiva care ne creează atâta plăcere, bucurie etc...
Ceea ce înseamnă să ajungem să fim noi izvor de așa ceva, să bucurăm noi pe noi și pe alții...
Când vrem cu disperare trupul, iubirea, dragostea cuiva, pierdem bucuria a ce avem, a ce suntem, că suntem…

63. Despre conceptul, expresia de "a te iubi/ierta pe tine"

A te iubi pe tine este un concept des utilizat, dar de fapt dăunător. Putem vorbi mai degrabă de acceptare de sine. Iubirea are o singură direcție atunci când există – dinspre interior spre exterior. De fapt, o lași să treacă prin tine pentru că nu ține de tine să o creezi. Deci nimeni nu poate să iubească așa cum am zice că mângâiem, de exemplu. Mângâierea o producem noi. Iubirea nu. Doar o lăsăm să treacă prin noi către…
Utilizarea expresiei "să mă iubesc pe mine" sau nu, e ca și cum pot, dar nu vreau, mă abțin să mă iubesc. Nu este așa. Nu putem produce simțiri și în niciun caz iubire. Este

necesar să nu mă mai resping. Atât. Altfel ne putem trezi (cu acest concept destul de confuz și dăunător) că mă voi respinge tocmai pentru că nu mă pot iubi. Mă screm, mă strădui și nu iese…
Când se întâmplă iubirea, atunci când ea trece prin mine către unde vrea ea, o simt în mine. Și când o simți în tine, ești plin de iubire.
Ce vrei să mai faci? Să o îndrepți spre tine? Să-i pui baraj să nu mai curgă unde vrea ea și să o reții?
Când simți iubirea nu mai simți "nevoia" de a fi iubit, de a primi (de la tine sau alții), pentru că ești plin, ai căcălău.

Tot așa și cu iertarea. Iertarea nu e a mea, nu e de la mine. Ea este un rezultat, un efect secundar al iubirii. Când iubirea curge prin mine, nici nu se mai pune problema de iertare. Nu-și mai are sensul.
"Am spus 'iartă!' și apoi am simțit o iubire distrugătoare care a trecut prin mine și s-a răspândit în întreaga Creație, către toți." (Mitul Creaţiei)
Deci, dacă ceri fără "motiv ascuns dinlăuntru Numelui Său", vine. "Iartă!" este o cerere. Iar iertarea este iubire. Iubirea este "simptomul" iertării. Așa și dragostea. Alt simptom. Tot așa și bucuria. Cum ar fi să spun, te iubesc, simt dragoste pentru tine, mă bucur de tine, dar nu te-am iertat. Sau invers, te iert, dar nu simt nimic. Dacă nu simt nimic din acestea, atunci am acceptat, am lăsat, dar nu am cerut iertare pentru tine. Ce înseamnă că cer asta? Înseamnă că cer ca iubirea să treacă prin mine către tine. Să te inund cu iubire, cu dragoste, cu bucurie. Când mă bucur de tine, te văd, te vreau. Deci, când vreau să te văd, atunci cer iertare/iubire pentru tine. Când o primesc și trece prin mine, mă orientează către tine și întreaga atenție este la tine și atunci stau cu tine, simt dragoste. Ăsta este efectul cererii sincere de iertare. Nu eu iert, pentru că nu de la mine izvorăște iubirea...

Dar ce ține de mine, de tine?
Atitudinea.
Să privim totul cu înțelegere, cu milă, cu blândețe și cu dărnicie, dăruire…
Asta este atitudinea.
Atitudinea ţine doar de noi. Numai de noi.
Și așa va fi lumină.
Căci va fi pace.
În mine, în tine și în jur.
Așa rămân, așa rămâi "prealuminat"...

64. Despre A Fi (necondiționat/liber)

"Dar vă spun: Nu vă împotriviți unui răufăcător. Iar dacă vă loveşte cineva pe obrazul drept, întoarceți-l și pe celălalt;
şi dacă cineva vrea să vă dea în judecată și să vă ia haina, dați-i și mantia;
și dacă cineva vă obligă să mergeți o milă, mergeți și a doua milă.
Dați tuturor celor care vă cer și nu refuzați pe nimeni care vrea să împrumute de la voi.
Pregătiți-vă pentru vremuri mai rele decât aceste vremuri și pentru oamenii care fac mai mult rău decât acești oameni, și astfel veți prospera veșnic, iar Dumnezeu va spune: ‚În sfârșit, au învățat să fie'." (Evanghelia Desăvârșirii, 14. Yeshua învață mulțimile căile curate ale inimii și ale vieții)

A învăța să fii...
Când se întâmplă asta?

Când las să pierd tot ce am sau cred că am – corp, sănătate, viață, respect, idealuri, dreptate... orice.

În textul de mai sus, Yeshua e Meshyha spune clar, iar în "Săptămâna patimilor" o arată concret.
Atunci El nu s-a împotrivit la nimic. Nu s-a împotrivit arestării, scuipării, batjocoririi, calomniilor, lovirii, torturii, morții. De asemenea, nu s-a apărat împotriva cuvintelor de acuzație. A tăcut, nu s-a justificat, nu s-a explicat. Pe cruce fiind, a renunțat la Tot.
Rezultatul s-a văzut în Înviere.
În felul ăsta a arătat care este Calea către Adevăr(ata) Viață.

Care ar fi asta?
Prin moarte?
Nu. Ci prin a primi-o, prin a nu o respinge, prin a nu ne apăra/fugi de ea, prin eliberarea de orice putem avea și prin care ne putem condiționa existența fizică, sufletească, spirituală. Dar a te elibera nu înseamnă a respinge, ci a nu te crampona, a nu te baza, încredința, a nu-ți condiționa sentimentul de siguranță pe ceea ce ai, chiar dacă tot ceea ce ai e doar viața, pentru că asta ar însemna înrobirea spiritului de către materie, cinevaului de către ceva, stăpânului de către slugă.

Asta este robia păcatului, iar păcatul constă în a-ți pune siguranța în ceea ce ai, material, emoțional, intelectual, spiritual... – acesta este înțelesul versetului "...siguranța mea, aveauul, osânda mea" (Evanghelia Desăvârșirii, 15. Yeshua învață mulțimea Calea rugăciunii și a spiritului)

Deci, să învățăm să fim ar însemna să trăim orice, cu orice/oricine, oricum, oriunde. Să nu ne împotrivim, să nu respingem, să nu ne apărăm, ci să primim orice și să dăm/dăruim orice oricui, oricum, oriunde necondiționat de vreun fel de raționament de genul "merit", "drept", "corect"...

Iar să trăim înseamnă să ne bucurăm de faptul fundamental că suntem, nu condiționat de ce avem, de ce resimțim – plăcere, durere, suferință, fericire…

Însăși ideea că am, oricât de puțin, mă poate împiedica să fiu deplin pentru că țin, mă țin de acel ceva.
Ajungând la nu am niciun ceva al meu pot învia, pot să Fiu...
Deci, calea este renunțarea la agățare, la atașamentul față de ceva, orice.
Dar asta nu înseamnă detașare, indiferență, respingere, ci "a fi cu" fără agățare, fără a mă baza pe ceva.
Pentru asta este necesar să nu caut siguranța. Siguranță înseamnă să mă asigur, adică să mă agăț, să mă bazez pe ceva. Să stau pe ceva. Să mă încredințez acestui ceva. Odată ce vreau siguranță, restul decurge automat.
Nu mă pot împotrivi siguranței... Dau din mâini și din picioare cu disperare să mă agăț de ceva...
Dar senzația de necesitate a siguranței apare când mă simt în pericol. Ideea de pericol, de amenințare este originea (ne)voii de siguranță.

În ce constă pericolul?
În a pierde.
Ce pierd?
Ce am.

Deci, ideea că am ceva (al meu) este originea ideii de pericol care este originea (ne)voii de siguranță, de apărare...

Dar ce am?

"Dragoste, Iubire, Vreaul, Credință am,
toatele Voia Nelimitării." (Evanghelia Desăvârșirii, 15. Yeshua învață mulțimea Calea rugăciunii și a spiritului)

Dacă nu am și sunt conștient că nici nu pot să am nimic al meu, doar al meu, atunci nu mai există pericolul de a pierde. Nu mă mai împotrivesc, nu mai fug, nu (mă) mai apăr, nu mai lupt – nu mai sunt ne-împăcat. Fac pace, nu război. Sunt împăcat cu orice și oricine... oricum, oriunde, oricând. Sunt în pace.

"Prealuminat fieşte pace,
grăia Cel Nestrămutat,
Veşnicul Binecuvântat." (Evanghelia Desăvârșirii, 15. Yeshua învață mulțimea Calea rugăciunii și a spiritului)

Asta e Calea.
Ea e simplă.
E întotdeauna la îndemână.
Nu presupune niciun fel de efort. Niciun fel de putere. Niciun fel de putință.
Presupune atotnepuntincioșie... pentru a învia întru A Fi, întru Ființă.
Atât. O simplă alegere. Un acord.

65. Despre implicare și lăsare/desprindere versus acaparare și respingere/abandonare

"Pentru Iubire este necesar Timpul, pentru Dragoste este necesar Spațiul. Iubirea este răbdare – acordare de timp; dragostea este dialog – acordare de spațiu." (Minamin)

Când iubesc (îmi) fac timp prin atenția pentru tine. Prin atenție ia naștere timpul. Prin atenția la tine eu îți dau timp – îți/îmi dau viață. Dacă o fac cu bucurie, este un câștig de viață. Dacă o fac fără bucurie, este o pierdere de viață.

Când "dau" dragoste fac loc de locuire pentru tine. Prin dragoste ia naștere spațiul. Prin simțirea de tine eu creez un loc, un spatiu, o lume în care să locuim împreună, unde să te ating și să mă las atins de tine. În acest spațiu ia naștere focul, căldura, arderea, mișcarea.
Dacă nu aloc suficient spațiu, suficient loc, focul se sufocă și se stinge. Atunci înseamnă că nu am dragoste de dat pentru tine, ci de luat – îți iau spațiul, îl acaparez.
Dacă aloc prea mult spațiu, atunci focul poate fi mistuitor sau ne putem pierde, rătăci unul de altul.
Dragostea înseamnă apropiere – asta presupune spațiu pentru a mă putea apropia pentru a te atinge.
Suntem împreună atunci când suntem apropiați unul de altul, când eu îți fac loc în mine și tu îmi faci loc în tine – când te primesc și mă primești. Dar pentru a te putea primi, este necesar să-ți fac/dăruiesc întâi loc.
Dragostea înseamnă chemare, invitație. Dragostea mea pentru tine este o invitație, iar tu ești invitatul meu.
Dacă locul pe care ți l-am dăruit în mine este prea mare, chemarea se transformă în strigăt de disperare. Dacă locul este ocupat, chemarea amuțește.

Este o deosebire mare, chiar dacă cu greu detectabilă, între polaritatea prindere-desprindere și polaritatea atașare-detașare/uitare, caracteristice timpului, iubirii. La fel, între polaritatea apropiere-distanțare și agățare/cramponare (dependență)-separare/îndepărtare (rupere) caracteristice spațiului, dragostei. Iar acest lucru poate crea confuzii ideatice și valorice, precum și devieri atitudinale, pentru că termenii, constructele lingvistice au putere de structurare atitudinală mai ales prin sensurile implicite, conotative, decât prin cele denotative, explicite.

Unii dintre acești termeni sunt întâlniți ca sinonime în dicționare, dar există nuanțe care fac o diferență semnificativă.

De exemplu, în cazul termenilor "prindere" și "atașare", diferența este că în "prindere" accentul este pus implicit mai mult pe intenționalitatea, volitivul, alegerea persoanei (ca în "ne prindem de mână", "te prind în brațe"...), în timp ce în "atașare" accentul cade implicit pe o stare sau mod de a fi (ca în "sunt atașat de ceva", "m-am atașat de cineva"...).
Prinderea și desprinderea fac trimitere la o dinamică atitudinală a persoanei (ca într-un dans unde prinderile și desprinderile se succed pentru a permite mișcarea, curgerea), în timp ce atașarea și detașarea semnifică stări diferite. Atașarea ar semnifica mai degrabă o situație de fapt (fixă, nedinamică, chiar dacă are caracter provizoriu, nepermanent), de dependență (cu funcție de proteză) fizică sau afectivă, în timp ce detașarea ar reprezenta o situație de independență (cu sensul de nelegat, de sine stătător, chiar absent).

De asemenea, în cazul termenilor "apropiere" și "agățare", apropierea implică alegere, iar agățarea implică accidentalul, apropierea implică respect, agățarea, nu. "Cramponarea" păstrează caracteristicile agățării, dar nu mai este prezent accidentalul, ci din contra, o hiperintenție cu lipsă de respect (ca în mă agăț de cineva/ceva sau mă cramponez de cineva/ceva).
Polaritatea termenilor "apropiere-distanțare" implică amândouă respect și alegere (ca în dinamica afectiv-sexuală), în timp ce polaritatea termenilor "cramponare-separare" implică amândouă ideea de forță exercitată fie asupra legării, fie asupra ruperii legăturii. Implică atitudine de forțare, de impunere, deci de lipsă de respect.

Nu putem fi nicicând (în afara timpului) undeva (într-un loc, spațiu) și nu putem fi cândva (în timp) niciunde (în afara spațiului, în niciun loc). Fie suntem nicicând

niciunde, fie cândva undeva. Putem să ne referim la spațiu-timpul perceput în mod empiric sau la ceea ce se numește hiperspațiul-hipertimpul conceput teoretic, legătura dintre timp și spațiu este aceeași.

Când ne îndreptăm atenția undeva (de exemplu, cu ajutorul telescopului Hubble sau altul), cu cât ne uităm mai departe în adâncul universului, cu atât ne uităm/vedem mai mult în trecutul său – cu atât ne uităm mai mult la atunci, nu la unde. Se pare că atenția privește mai mult timpul, nu spațiul. Când suntem atenți la ce facem aici, suntem atenți acum – suntem în prezent. Nu putem face acolo, ci întotdeauna aici. Am făcut acolo, deci am făcut atunci – în trecut. Nu putem privi decât din prezent spre trecut, atunci când ne uităm, când acordăm atenție. Spre viitor este un efort de imaginație, de proiecție, de construcție virtuală. Când atenția este îndreptată spre viitor, ea nu este atunci, nici acum și nici aici, ci este alt-undeva (în spațiul virtual) unde "făptuiește", construiește ceva dorit, cumva în afara timpului... pierzând timpul.

E foarte multă intenție în virtual. Intenția este în afara timpului și spațiului, dar le consumă pe amândouă. Obsesionalul, de exemplu, prin hiperintenție (hiperreflecție) în virtual, ajunge să aibă deficit de atenție și disfuncționalități în activitate. Hiperintenția afectează timpul și spațiul – capacitatea de a fi aici și acum, dragostea și iubirea. Intenția fundamentală este vreau să fiu. Bucuria de a fi este intenția fundamentală. Mă bucur că sunt, mă bucur de ce este, pentru că sunt, așa cum sunt, pentru că este, așa cum este. Dacă această "capacitate" dispare sau lipsește (mai ales atunci când nu resimțim că avem un loc al nostru), atunci ea este compensată de o hiperintenție care se opune la cine/ce este, cum este. Forțează prin voință, prin hiperintenție o

modificare a cine/ce este pentru a atinge un scop, pentru a realiza ceva, a deveni cumva... altfel decât este. Astfel, intenția fundamentală se transformă în intenție de rang secund (intenție personală care se împotrivește la cine/ce/cum/că este), din "vreau să fiu" în "vreau să am", "vreau să fac/să acționez", "vreau să devin" etc.

Când acționăm, când facem ceva, facem întotdeauna aici. Când privim, când ne uităm, când suntem atenți la ce facem aici, este întotdeauna acum. Prin acțiune, prin faptă acumul este ancorat în aici. Putem astfel să înțelegem de ce atunci când vrem să ne eliberăm sau să fugim de trecut sau viitor, o facem mai ușor prin acțiune, când facem o muncă. Făcând ceva, facem loc, creăm spațiu, un cosmos, o ordine, o coerență. Dacă acțiunea este automată, rutinieră, nu atrage atenția, prezentul – e doar un ritm fără timp într-un spațiu liniar fără loc. Dacă acțiunea este aritmică, nonautomată, atrage atenția, apare conştienţa – atunci spațiul creat are loc, are un aici care invită/atrage un acum. Astfel este posibilă Prezența, atunci când este suficient loc.

Cu alte cuvinte, legătura dintre iubire și dragoste este fundamentală – întotdeauna sunt amândouă, chiar dacă poate fi preferată mai mult exprimarea iubirii (atenția, răbdarea/a acorda timp, ascultarea...) sau exprimarea dragostei (atingerea, respectul/a acorda spațiu, fapta/a dărui...).
În prezență, în a fi prezent, sunt amândouă exprimate în egală măsură – sunt cu tine acum și aici, sunt prezent. Când sunt prezent, sunt cu trupul (spațiul propriu) într-un anumit spațiu/loc (aici) dar și cu atenția (cu timpul meu) într-un anumit timp (acum).
Pot exista și "disproporții". Pot să fiu cu trupul aici, dar cu atenția în altă parte, precum pot fi cu trupul departe de tine, dar cu atenția (gândul, dorința, grija...) la tine etc.

Iubirea poate cădea în ispita rațiunilor conceptuale, a idealizărilor, a valorilor cultural-spirituale, intelectualizându-se, în timp ce dragostea poate cădea în ispita rațiunilor practice, empirice, a valorilor utilitare/funcționale bioeconomice de tip schimb comercial, visceralizându-se.
Astfel, iubirea se obiectualizează, devenind artefact mental, ideatic, iar dragostea se obiectualizează, devenind artefact faptic, un bun de schimb, de a face troc, de a cumpăra. Iubirea, neîmplinită în bucurie, încearcă să compenseze (sublimeze?) luând calea cunoașterii prin explorare intelectuală, dă naștere ideilor în care apoi investește ca în proprii copii – propriile creații cu care se mândrește. Dragostea, neîmplinită în bucurie, încearcă să compenseze luând calea acțiunii utile, dă naștere realizărilor, scopurilor atinse (ca surogate de sens/bucurie), sperând să primească la schimb împlinire.

Să luăm ca exemplu concret somatizările:

Atunci când simt că nu am timp să-mi rostesc "adevărul meu", acesta se împrăștie în gânduri și supraîncarcă sistemul nervos. Sunt prea multe semințe împrăștiate și înghesuite în același timp în spațiul mental, fiecare în competiție cu toate celelalte. Apare nervozitatea și nerăbdarea. A nu apuca să spun ce am de spus, a-mi rămâne ideea în gât creează la nivelul tiroidei o încărcătură și un blocaj deopotrivă. Problemele de/la tiroidă sunt suprimări de idei. Suprimarea propriilor idei poate fi din cauza faptului că sunt prea delicat pentru a-l întrerupe pe celălalt sau pentru a nu-l ofensa prin ce am de spus sau pentru că nu consider că ce vreau să spun este prea important etc. Astfel, ajung să nu exprim, să nu mă exprim, să nu spun ce am de spus și așa apar probleme ale sistemului nervos vizibile mai ales în

funcționarea sistemului locomotor și pe piele, precum și probleme de funcționare ale tiroidei cu toate implicațiile/complicațiile ce rezultă de aici.

Atunci când simt că nu am spațiu, pentru că sunt prea lipit, atașat de mama (fără afecțiunea căreia nu cred că pot supraviețui), apare o disfuncție a pancreasului. Sunt dependent sau în simbioză – inima mamei bate și pentru mine ca în uter. Astfel că ritmul meu cardiac este ca de sugar, alert (tahicardic) și tensiunea arterială este mică pentru că fluxul sanguin al mamei (viața ei) face pentru mine, nu am nevoie de un aflux de sânge mai mare pentru a mă pune în mișcare, să fiu autonom. De asemenea, am hipoglicemie, pentru că dulceața dragostei materne este prezentă și nici nu am nevoie de energie prea multă, că mama are grijă de tot. Atunci când sunt situații în care sunt nevoit sau solicitat să mă descurc singur, am senzația de leșin – îmi poate scădea și mai mult tensiunea și glicemia. Sunt bine legat de mama prin cordonul ombilical.
Dar dacă se întâmplă să simt că se rupe acest cordon sau că o pot pierde pe mama, poate apărea o disfuncție pancreatică pentru a asigura energia pe care simt că trebuie să o am pentru funcționarea autonomă – hiperglicemia și chiar diabetul. În plus, hipertensiunea ar putea să-mi dea și ea puterea de care simt că am nevoie pentru a-mi controla, gestiona viața și cu care nu sunt obișnuit. Pot apărea și comportamente dependente, adictive ca surogate de mamă pentru a menține la nivel simbolic prezența permanentă a ei. De cele mai multe ori autonomia (desprinderea) este resimțită în aceste cazuri mai degrabă ca singurătate, ca starea de a fi orfan.

Când tot ce fac trebuie să aibă un rost, pentru că așa am fost educat, atunci joaca este inhibată și glanda copilăriei, timusul (glanda bucuriei) se atrofiază sub asaltul

seriozității treburilor utilitare. Apar, în consecință, fluctuații de dispoziție ca efect al lipsei de a fi în prezent, ceea ce generează o permanentă mișcare în timp, fie către nostalgia trecutului, fie către grija viitorului. Astfel, sistemul imunitar va fi fie deprimat, fie în alertă. Această stare conduce fie la insuficiență funcțională în sisteme, organe și răspuns de reacție lent, diminuat, fie la exces funcțional în sisteme, organe și reactivitate crescută a răspunsului. Insuficiența funcțională poate conduce la pierdere de substanță (cum ar fi osteoporoza), excesul funcțional poate conduce la inflamații recurente, la exces de secreții și de masă celulară.

În învățăturile înțelepciunii egiptene (Papyrus Insinger) este consemnat că "cea mai mică grijă sfărâmă oasele; ce-a mai mică bucurie întărește inima."
Tot ce se face cu bucurie este întăritor și încântător. Pentru ca adevărul să nu se piardă în minte, el are nevoie ca inima să-l facă să sune. Prin sistola sa (contracția spațiului său), inima-i face vânt adevărului devenind cu-vânt. Prin cuvântul rostit cu/în bucurie, ne situăm în cântare – Aleluia este adevărul cântat în încântarea bucuriei (veșniciei).

Pântecele este cosmosul, spațiu-timpul, casa unde în căldura căminului se reunește întregul univers în mișcare, aici e un permanent schimb (comerț), dialog, viață de relație între "universul exterior" și "universul interior". Aici poate fi un loc al armoniei sau al dizarmoniei, digestiei sau indigestiei, integrării sau neintegrării/dezintegrării, al păcii sau al conflictului/războiului. Focul căminului poate fi cald și primitor sau fierbinte și mistuitor. De asemenea, el poate fi stins și locul să fie rece, înghețat.
Aici este un loc al lui împreună, un loc de împărtășire, de uniune.

Dar dacă, de exemplu, există credința că "universul exterior" este un loc periculos, că ceva din acest univers poate să-mi facă rău într-un fel sau altul, atunci o să am repulsie, reacții de respingere la "toxicitatea" a ce primesc în pântecele, cosmosul meu ("universul interior"). Reacțiile pot fi de la vomă, diaree la febră, erupții cutanate sau simptome mai grave. La fel se întâmplă, dacă înghit ce nu-mi place (dacă simt că nu am spațiu de retragere, de mișcare).

În concepția isihastă a părintelui Ghelasie de la Frăsinei, prin buric intră "energiile de viață ale naturii". Postura preferată a practicanților isihiei, atunci când sunt în rugăciune, este în genunchi, cu capul plecat și privirea ațintită pe buric, pentru că Hristos (Fiul) a coborât în lume și, ca Pantocrator, este 'buric al universului" (în ortodoxie, când se face semnul crucii, când se spune "în numele Fiului", cu primele trei degete unite se atinge buricul).

Când venim pe lume, ne legăm de cosmosul, lumea interioară a mamei prin cordonul ombilical în ziua a opta de sarcină. În felul acesta "ne racordăm" la univers prin intermediul mamei. Când ne naștem, prin buric dezvoltăm un "cordon ombilical" cu cosmosul, lumea exterioară, cu "universul exterior" în care sălășluim, cu Natura (Pachamama la indigenii din Anzi) de la care primim "energiile de viață". Dezvoltându-se în pântecele mamei, fătul este în contact intermediat cu întregul univers. Dacă mama este în relație bună (în pace, nu în conflict, nu în război/în apărare) cu lumea exterioară, atunci și pântecele ei (lumea interioară) este în armonie și fătul va dezvolta încrederea primordială. Relația cu universul, ca lume primitoare (ca o mamă) este consecința acestei încrederi dezvoltate în pântecele mamei. Dar dacă, de exemplu, mama nu are o relație bună cu lumea, pentru că o considera periculoasă (plină de microbi "răi" și/sau alte

substanțe/fenomene dăunătoare), atunci încordarea abdominală va obtura curgerea "energiilor de viață" ale naturii prin buric și pântecele mamei va fi o lume agitată, nesigură, temătoare. În felul acesta fătul nu va dezvolta încrederea primordială și se va simți temător în lumea în care se va naște. Nu se va simți bine primit în această lume, încrederea va fi șubredă, relațiile cu ceilalți și cu întreaga natură vor fi dominate de teamă și suspiciune. Predispoziția la inflamații și infecții vor fi simptomele cele mai vizibile ce vor arăta această relație conflictuală cu lumea.

Alte exemple la acest nivel, pornind de la deficit sau exces de timp sau spațiu, ar fi următoarele.
Dacă este vorba despre un deficit de timp în relația mea cu o sarcină sau cu ceilalți (simt că nu am suficient timp), atunci nu am răbdare și senzația va fi de "nervi la stomac". E ca și cum aș vrea să procesez mai repede, dar nu am ce, pentru că evenimentele se mișcă prea încet sau ceilalți se împotrivesc voii mele. Dacă am exces de timp, simt "neliniște în stomac", adică plictiseală. As vrea să procesez ceva, dar nu am sau nu știu ce. Așa pot apărea la stomac, de exemplu, hiperaciditate, gastrită, ulcer.
Dacă este un deficit de spațiu, dacă nu sunt lăsat să mă desfășor, dacă mi se impune, atunci simt revoltă și furie localizată în ficat, precum și afecțiuni la acest organ. Dacă este un exces de spațiu, dacă nu este nimeni aici cu mine, atunci simt mânie localizată în splină. Tulburarea funcționării splinei o poate afecta pe cea a ficatului.
Ideea că universul este periculos și că viața este în pericol (sentimentul că nu am/mi se face loc pe lumea asta, că nu sunt primit, dorit), că este necesară o permanentă vigilenţă de a mă apăra, îmi supraepuizează rinichii prin exces de funcționare. De asemenea, autoconstrângerile rezultate din această permanentă înarmare și stare de gardă, îmi afectează plămânii – libertatea de relație. Dar

și picioarele, atunci când este afectată libertatea de mișcare. În special articulațiile se rigidizează la încordarea de apărare, iar ideile fixe, rigide (spațiul îngust) fibrozează țesuturile.

În subsol sunt rădăcinile ce ajung în potențialitatea infinită de unde porneşte instinctualitatea generatoare – intenționalitatea primordială, "vreau să fiu", "vreau să fie", pofta de a fi a ființei.
Aici, timpul prin mișcare ciclică se face ca un spațiu, iar spațiul prin pulsație ritmică se face ca un timp.

Potențialitatea multidirecţionalității timpului (Yang) poate face trecerea de la linearitatea temporală (trecut-prezent-viitor, unde prezentul reprezintă deplasarea punctului pe linie) la tridimensionalitatea temporală (unde trecutul, prezentul și viitorul sunt toate trei coordonate așa cum sunt coordonatele spaţiului înălțimea, lungimea și adâncimea, astfel că deplasarea se poate face în oricare din cele trei direcții – prezent-viitor-trecut sau prezent-trecut-viitor sau viitor-trecut-prezent sau trecut-viitor-prezent etc.).

Potențialitatea pulsației spațiului (Yin), ca sistola și diastola inimii sau ca dilatarea și contractarea în alternarea inspirație-expirație, creează ritm, o deplasare înainte și înapoi sau sus-jos sau stânga-dreapta, ca un pendul, ca valurile mării. Această mișcare creează deplasare prin care se punctează evenimente ca direcție de orientare în "timp". Ritmul (vibrația) este timpul spațiului, echilibrul său, adică măsura sa, ca în muzică. Prin ritm, spațiul apare liniar ca timpul. Prin ritm spațiul se mișcă. Mișcarea (deplasarea, acțiunea, viteza) este timpul spațiului.

Câteva exemple la acest nivel pornind de la deficit sau exces de timp sau spațiu ar fi următoarele.
Deficitul sau excesul de spațiu îmi poate crea sentimentul de lipsă de sprijin, datorită lipsei de structurare a spațiului – vezica urinara și rectul pot fi afectate, de exemplu, tonicitate slabă a vezicii urinare și încordare rectală. Sentimentul dominant este că nu am pe ce să mă bazez, să mă așez, să stau. Pot fi în lentoare energetică, fie în acțiune agresivă, competitivă. Deficitul de spațiu poate fi datorat faptului că nu mi-a fost lăsat, că am fost înghesuit fie psihic, fie fizic. Excesul poate proveni de la experiența că nu a fost nimeni aici, prea mult gol.
Pofta de viață este afectată. Vreau să fiu nu este afirmat, ci condiționat, jetul energiei de viață este slab, iar continența slabă. Se alternează între lipsa de tonus și contracții spastice. Este prezent un deficit de intenționalitate, de inițiativă, de dorință de a fi.

Deficitul de timp poate crea la nivelul acesta o inhibiție de generare Yin (energie dependentă de timp, de acordare de timp, adică de atenţie, de iubire – de Yang) și un exces de generare Yang (energie dependentă de spațiu, de acordare de spaţiu, adică de îmbrăţişare, de dragoste – de Yin). Adică la sentimentul că nu am timp sau nu este timpul, organele genitale feminine intră în deficit de funcționare (se inhibă capacitatea de procreare), în timp ce organele genitale masculine intră în exces de funcționare (se excită capacitatea de procreare). Excesul de timp poate inversa tendințele.

Pentru a ne naște din nou, este necesar să trăim murirea, fenomenul de a muri. Asta înseamnă să trăim tot ceea ce simțim în acele momente. Ele nu pot fi imaginate, nu pot fi simulate. De aceea este necesar ca acest proces să fie trăit pe viu...

Acest proces include rupere, desprindere, abandon, părăsire, precum și toate simțurile asociate. Le simțim în toată ființa și cu toată ființa. Dar majoritatea covârșitoare a oamenilor se amorțesc, adică se mortifică pentru a nu simți.
Sunt multe procedee de mortificare. Unele sunt atitudinal-intelectuale, altele atitudinal-comportamentale, altele se referă la ingerarea de substanțe.

Există în om o frică fundamentală de simțire la care reacționează reflex prin a scăpa cât mai repede de ea.

Emoție înseamnă ceea ce pune în mișcare (din latinescul "emotio" – "ceea ce mișcă").
De ce (ne) "mișcă" ceea ce numim emoție?

Când spunem că avem o emoție, întotdeauna simțim ceva. Îi punem sau nu un nume, o etichetă, dar în esență aceasta este o simțire. Ceva din lumea fenomenală interioară sau exterioară în dinamica (schimbarea) sa exprimă ceva ce ne impresionează într-un fel – ne atinge într-un anume fel. Capacitatea de a fi atinși este capacitatea de a simți, de a avea emoții. Este oportunitatea de a le trăi.
În primul rând, această oportunitate este tot timpul prezentă. Tot timpul simțim ceva, fie că doar simțim că suntem sau... că simțim că nu suntem.

Când suntem departe de cineva drag, simțim ceva ce îl denumim dor, când ne despărțim de cineva drag, simțim ceva ce denumim durere, tristețe, când ne certăm cu cineva, simțim ceva ce numim furie, când ne întâlnim cu cineva drag, simțim ceva ce numim bucurie...

Ce facem însă când această oportunitate apare?

Din momentul în care simțim acea emoție, ea ne atrage atenția și caută să-și facă un loc în noi. Ni se pune în față ca fiind semnificativă și importantă pentru noi – caută atenția noastră. Și, de asemenea, își face loc în corpul nostru, pentru a ne atinge. Iar noi facem tot posibilul să scăpăm de ea, fie prin abaterea atenției pentru a-i nega existența sau importanța, fie ne străduim prin intenție să o reprimăm, să o alungăm, fie să o anihilăm prin disecția analizei intelectuale sau încordare corporală. Uneori, ne folosim de energia ei să creăm artefacte intelectuale, idei poetice sau de altă natură. Când o simțim în corp, atunci ne punem în mișcare pentru a o drena, pentru a consuma cât mai repede această energie, eventual în producerea de artefacte fizice cu valoare estetico-culturală sau social-utilitară. Indiferent dacă emoția se arată la nivelul atenției sau în spațiul corpului nostru sau în amândouă, ea nu este bine primită și intrăm automat în reacția de respingere. O respingem prin instrumentele intelectuale sau prin acțiunile fizice.
În cazul emoțiilor etichetate ca negative, s-ar putea spune că aceste atitudini sunt justificate de instinctul de conservare, de disconfortul creat, de nocivitatea și toxicitatea lor, de efectele lor dăunătoare asupra calității vieții.
Este o justificare aparent logică, dar falsă.
De ce este falsă?
Pentru că la fel facem și în cazul emoțiilor pe care le numim, încântare, extaz, bucurie...

Să luăm exemplul bucuriei.
În momentul în care simțim ceea ce numim bucurie, simțim și conștientizăm în ființa noastră o cantitate de energie ce tinde să crească și să ne cuprindă sau să se infuzeze în întreg spațiul corpului și să capteze întreaga atenție a minții. Acest fenomen este valabil pentru orice

simțim, pentru întreaga paletă de emoții de la durere la bucurie.
Dar bucuria, ca și durerea, este resimțită ca o doză intensă de viață. Ce facem când simțim asta?
Majoritatea oamenilor jubilează la simțirea bucuriei și urlă la durere. În latină "jubila" înseamnă "a țipa de bucurie". Nu este diferit de a te tângui, a urla, a țipa de durere. Este o descărcare a acestei energii prin mișcări corporale, precum și prin glăsuire vocală ca un șuvoi de idei și imagini ce țâșnesc afară împachetate sub formă de cuvinte sau interjecții în cazurile de intensitate extremă.

Oamenii au dezvoltat de-a lungul timpului forme de descărcare colectivă (jubileuri) în formule culturale a acestor emoții, a acestor energii. În timp, funcția de detensionare energetică a fost înlocuită, cel puțin parțial, de funcția de celebrare cu sens istoric, mai detașată emoțional. De aceea, pentru descătușarea energiilor blocate de-a lungul timpului a apărut nevoia unor adjuvanți sub forma drogurilor, pe lângă cea inițială a povestirilor mitologice în expresie verbală și corporală – dansul. Funcția acestora era aceea de stimulare și de creare a unui fond comun emoțional care să se constituie în liantul ce ține comunitatea unită într-o trăire comună. Este vorba despre nevoia ca la o celebrare, sărbătoare anume, participanţii să aibă aceeași "încărcătură" emoțională, să fie pe aceeași "lungime de undă".
Această strategie de "creare de stare" poate fi constatată la evenimente culturale în grupuri mari de oameni (ritualuri cultice, spectacole culturale, petreceri), dar și la întruniri mai restrânse (ritualul meselor în comun sau consumul de substanțe care să inducă o anumită stare). Este reproducerea "reglementată cultural" la nivel social a nevoii de descărcare emoțională. Doar că apare un fel de condiționare emoțională legat de participarea la o anumită acțiune. În aceste acțiuni formale, social-culturale,

"trebuie" să ai o anumită stare, emoție pentru a participa la ele. La înmormântare "trebuie" să fii trist, la petrecere "trebuie" să fii vesel, la o întâlnire "trebuie" să fii entuziast etc. Avem de ales să ne prefacem ca și când am fi în acele stări, ceea ce este posibil, dar cu un consum uriaș de energie sau să ni le inducem artificial, atunci când acestea nu există în mod natural.
Apare în acest fel un conflict între starea naturală a unei persoane într-o situație dată și regulile social-culturale impuse pentru acel tip de situații. Dacă am emoția "corespunzătoare", nu mă mai prefac, nu mă mai strădui, nu mai depun efort, mă comport ca atare în mod ușor, așa-zis autentic. Îmi vine să fac ușor acel lucru, deci am impresia, senzația că sunt eu însumi. Problema este că acea stare nu este provocată de o emoție reală, ci de substanțe care creează "ca și cum-uri" senzoriale – ceea ce conduce la dependență. Voi simți, de exemplu, "ca și cum" sunt relaxat și bucuros după ce beau două pahare cu vin. Fără asta, sunt în starea în care se întâmplă să fiu în acel moment, dar care să nu corespundă situației și astfel pot să le stric dispoziția celorlalți. Apelul la substanțe (sau alte strategii, cum ar fi activități), nu este doar pentru a stimula producerea de "emoții", ci și de a le inhiba, reprima, dizolva pe acelea (adevărate) care nu corespund situației.
Deci, problema își are originea în necesitatea socială de a fi în starea potrivită pentru a corespunde situației sociale respective, de a putea să te integrezi social. De-a lungul istoriei societăților umane, consumul de substanțe și activități care induc stări a fost promovat social, religios-politic pentru a controla trăirile persoanei (ca element al grupului), din nevoia de siguranță.

În timp, această practică s-a "secularizat", devenind un procedeu cotidian în încercarea individuală de a manipula stările de dispoziție, de a ne "crea", fie "buna dispoziție",

fie "reaua/proasta dispoziție" dacă situația o "cere". Așa-zisa nevoie de autenticitate este condiționată de nevoia fundamentală de a fi în acord, de a fi coerent. Doar că în cazurile descrise mai sus se realizează un acord/o coerență parțială (și aceasta prin "instrumente" cu costuri prea mari și care pot avea efecte de multe ori contrare scopurilor), de exemplu doar între situație, expresie/comportament și stare, nu și emoție – aceasta fiind negată sau reprimată. Cu cât societățile sunt mai dezvoltate și mai diversificate, nevoia de control este asigurată de "pâine și circ" pentru a asigura controlul. Se "stârnește" prin impresia creată de spectacol, de dramă "chef", "poftă", "dorință" și apoi se asigură posibilitatea de a le satisface.

Indivizii acestor societăți nu mai sunt capabili de a trăi stări reale, pentru că au reprimat emoțiile care le puteau "produce" în mod natural, ca fiind inadecvate social. Astfel că acești indivizi "amputați" sau "civilizați" au nevoie de spectacole și drame (și alte instrumente, fie formal-culturale, fie informal-cotidiene) ca să le creeze stări prin care să aibă senzația că trăiesc... ceva. Să spună "m-am simțit extraordinar de...", căci în mod ordinar, adică obișnuit, nu simt că trăiesc – nu sunt nici vii, nici morți. Acest simptom caracterizează decadența unei societăți, care întotdeauna se caracterizează pe sine ca o civilizație perfect dezvoltată.

În "Minunata lume nouă" Aldous Huxley face o descriere nuanțată a acestor dezacorduri între emoțiile naturale și stările de coerență artificiale între comportament și dispoziție.

Dar de ce această nevoie de descărcare a emoției?
De ce să descărcăm, de exemplu, bucuria după ce abia am apucat să o simțim?

Toată viața ne dorim bucurie, căutăm prin diverse strategii să o producem, să o dobândim și... când o simțim în ființa noastră, ne vine să o descărcăm imediat?
Pare o atitudine contradictorie...
Pentru a înțelege această contradicție aparentă este necesar să coborâm (sau să urcăm?) de la nivelul social-cultural la cel individual, personal. Este necesar să vedem mai clar ce se petrece de fapt la nivelul simţirii personale.

Din toate dialogurile pe tema simţirii bucuriei (și a altor emoții, dar aici ne interesează bucuria pentru că la nivelul ei se întâlnește contradicția despre care am vorbit) s-a desprins un numitor comun.
Acesta poate fi sintetizat în următorul dialog tipic.

"- Ce simți acum concret, când spui că simți bucurie?
- Îmi vine să sar în sus, să alerg, să o strig...
- Ce anume vrei să strigi?
- Ce simt.
- Ce anume simți?
- Ceva vibrează, arde în mine...
- Și ce faci tu cu ceea ce "vibrează" în tine?
- Păi, nu știu ce să fac. Pot să fac ceva? O exprim, o descarc...
- Poți s-o lași acolo unde o simți?
- Unde? În mine?
- Da...
- Păi, simt că mă copleșește, că e prea mult, prea plin...
- Că te inundă?
- Da. Mă inundă... și mă încleștez să nu mă omoare.
- Bucuria te omoară? Adică ce simți?
- Că mă sufocă, că mă pierd... că nu o să mai fiu eu.
- Dacă bucuria îți inundă întreaga ființă, tu dispari?
- Da, așa simt, că nu mai am loc...
- Tu, ca să fii, trebuie să ai un loc al tău gol de orice simțire, chiar și de bucurie?

- Pare ciudat, dar așa este. Parcă nu putem coexista în același loc, ori eu ori ea..."

Ceea ce reiese din acest dialog tipic este că simțirea unei emoții peste o anumită măsură, intensitate tinde să copleșească ființa, inundând-o. A copleși înseamnă a cuprinde din toate părțile. Te simți năpădit, năvălit, invadat, inundat așa cum un burete se umple la refuz cu apă.
Sentimentul este că ești doborât, că ești pradă.
Cine?
Eu.
Dacă las, de exemplu, bucuria să mă inunde, apare ideea că nu voi mai fi eu, ci devin bucurie. Dar la ce bun, dacă eu sunt nimicit?
Avem aici de-a face cu o idee/credință bine înfiptă în adâncul nostru, că dacă nu păstrăm separarea dintre eu și non-eu (între eul cunoscător/trăitor și ceea ce este de cunoscut/de trăit), dispărem. Cu toate că în analogia cu buretele, acesta nu devine apă, ci doar plin de apă, dar nu se îneacă, nu se distruge, nu se degradează – rămâne același burete pe care poți să-l storci de apă și să-l îmbibi la loc.

În cazul de față este vorba despre eu și simțirea mea, despre eu și a simți. Dar eu sunt cel care simt, cel care conjugă acest verb. Cum pot crea o astfel de separare? De exemplu, dacă din "eu sunt", "eu simt că sunt" scoatem/separăm pe eu, ar fi ca o viață fără eu, fără subiectul trăitor, iar dacă scoatem verbul, ar fi ca un eu fără viață, fără trăire, singur...

Noi încercăm să drenăm din preaplinul, preamultul simţirii (chiar dacă aceasta este bucuria după care tânjim) pentru a nu face septicemie de bucurie, de trăire, de viață...

O facem în multe feluri. Le denumim în genere modalități de exprimare. Exprimăm bucuria (și alte emoții), adică o exteriorizăm, o dăm afară prin cuvinte, povești, gesturi, mișcări, fapte pentru a nu ne copleși.

Interesant este că termenul copleșire provine din latinescul "complexire" care înseamnă "a îmbrățișa". A îmbrățișa o emoție, a o simți, a o trăi în definitiv necesită a o lăsa să mă copleșească, să mă inunde. Ea, orice emoție ar fi, caută să-și facă loc în ființa mea, îmi caută atenția ca un copil...
Dar eu ce fac?
Caut să scap imediat de ea printr-un act ejaculator pe care-l denumim satisfacție. Satisfacția este o descărcare imediată, o consumare a emoției pe care o denumim act de trăire.

Mulți actori utilizează emoțiile simțite, generate în viața din afara scenei pentru a da "trăire" personajelor pe care le joacă. Folosesc acest "carburant" pentru a excela profesional, dar este pe de o parte secătuitor și, pe de alta, creează dependență ca predilecție de descărcare/drenare a trăirilor. Alți oameni apelează la drenaje ca workaholism, logoree, ticuri etc. sau la amorțirea trăirilor care tind să fie copleșitoare (împovărătoare) prin substanțe anestezice sau prin abaterea/evitarea atenției.
O emoție (orice nume i-am pune) vrea atenție (să-i acordăm timp, să fie iubită) și să fie îmbrățișată (să fie primită, să aibă loc, să i ne dăm – vrea dragoste, adică tot spațiul pe care îl avem de dat).

Un alt aspect al paradoxului eului este nevoia de identitate, de a fi identic cu, de a aparține unui grup ființial, conceptual sau fizic. Pentru că dacă scoatem verbul din propoziție, eul se crede în siguranță de a nu fi

nimicit, dar rămâne singur. Atunci, pentru a rezolva problema singurătății, el încearcă să găsească (sau să creeze?) un numitor comun cât mai mare prin a fi identic cu, încercând cu disperare să mențină la numărător elementul de distincție, de separare pentru a nu dispărea în anonimatul numitorului comun. Este un efort continuu de a menține acest echilibru fragil, dar este o tensiune pe care el o numește dezvoltare de sine, lupta pentru viață, afirmarea, realizarea vieții...

Se poate spune că trăim într-o permanentă ambivalență existențială, în care fugind de simțire pentru a nu fi nimiciți, ne găsim singuri, separați de propria ființă și viață, apoi fugim de singurătate, căutând să ne identificăm, să introducem în noi numitor comun (de regulă prin proprietăți conceptuale sau fizice) pentru a ne apropia de ființa celorlalți, dar evitând propria ființă. Facem asta prin cramponarea și dependența posesivă, de multe ori cu disperare.
Evităm astfel contactul, trăirea, simțirea propriei ființe, a emoțiilor, prin posedarea conceptuală și fizică a ființei celuilalt. În felul acesta, la adăpost de propriile emoții nimicitoare, eul poate simți, gusta adierea emoțiilor celuilalt. Le poate atinge, se lasă atins pentru că acestea nu-l pot inunda, pentru că separarea între eu și tu este asigurată ontologic – ființa ta, ce simți tu, emoția ta te poate nimici doar pe tine.

Dacă actorii buni infuzează din propriile emoții cu viață personajul pe care-l joacă, ceilalți oameni (spectatorii) caută să extragă trăire din ceilalți care își trăiesc emoțiile, pentru a da un pic de viață personajului care cred că sunt, fără însă a se pune în pericolul nimicitor reprezentat de emoții – pierderea individualității, a unicității pe care ei cred în mod eronat că o asigură prin separare.

Uneori, în cazuri patologice, chiar noi suntem cei care încearcă să provoace, să determine în ceilalți simțiri, trăiri pentru a gusta și noi din ele. Ceva de genul trăiește tu, riscă tu să am și eu puțin de la tine, dar în siguranță.
În cazuri subpatologice, cu toții preferăm să trăim intens emoțiile personajelor din cărți sau filme în siguranța fotoliului. Este un surogat, o simulare, ceva virtual, ca un vis erotic adolescentin. Doar că rezultatul trăirii acestui vis este o poluție, iar poluția nu generează spermatozoizi, este sterilă, nu este generatoare de viață. Dar bun și așa decât nimic...

Ce este de făcut sau de ne-făcut pentru a ieși din simulare și a intra în viață, în a trăi ființa pe viu?

În primul rând, să renunțăm la ideea, credința că eu, tu, el/ea avem nevoie de timp și spațiu pentru a fi. Pentru asta, este necesar să renunțăm la a ne mai identifica cu corpul (spațiul) sau mintea (timpul). Noi, ca eu, tu, el/ea, suntem dincolo de spațiu și timp. Originea noastră este chiar dincolo de veșnicie și ființă și ne "naștem" ca eu sunt, tu ești și el/ea este. Concesionăm astfel din ființă pentru a trăi ce este, adică ce ni se oferă. Noi trăim ce este, acordând timp (atenție, iubire) și acordând spaţiu, făcând loc (dragoste) ființei să curgă, să se miște, să se schimbe. Este necesar să nu ne cramponăm de ființă, să nu o captăm, posedăm, fixăm în limite. Să nu-i punem granițe și garduri pentru a nu fugi. Dacă facem asta, ființa poate bălti, nu se împrospătează, își pierde din vigoare, îmbătrânește oprindu-i curgerea.

Este necesar, deci, să trăim desprinderea. Dar ne este greu, căci ne aduce aminte de traumele inevitabile ale despărțirii. Toți trăim asta de exemplu când ne despărțim de clipa prezentă și ne este frică să ne implicăm în următoarea clipa prezentă pentru a nu suferi iar

despărțirea. Dar este inevitabilă această curgere în timp și spațiu a ființei – implicare deplină și desprindere în pace.

La nivel biologic, această curgere, schimbare și schimb este reprezentat cel mai sugestiv de sânge. Oxigenul din alveole se leagă (prinde) de fierul din sânge, apoi se desprinde de acesta pentru a intra în celule, iar dioxidul de carbon din celule se leagă de fierul din sânge pentru a se desprinde de acesta, intrând în alveole și tot așa. Dacă am personifica, am putea spune că se petrece o adevărată promiscuitate. Există în corp un permanent schimb. La nivel de societate, comerțul este sângele. Dacă este oprit, pot apărea necroze. Circulația bunurilor și mărfurilor, precum și a monedei de schimb este necesară supraviețuirii. Captarea și acumularea acestora într-un loc (blocarea curgerii), poate crea blocaje și disfuncții în întregul sistem. O acumulare prea mare într-un loc poate crea un deficit în altul. Să zicem, prea mult țesut adipos subcutanat și prea puțin calciu în oase. Prea bogați într-un loc, prea săraci în altul. Inflație într-un loc, recesiune în altul. Hipertrofie într-un loc, hipotrofie în altul. Toate acestea se pot întâmpla atunci când suntem prea "fideli", prea atașați, cramponați de ființă, când nu-i dăm drumul, când nu o lăsăm să fie cum este ea – când nu ne desprindem.
Este posibil, însă, să alegem atitudinea de detașare. Ca să nu mai trăim desprinderea în mod dureros, alegem să nu mai fim implicați. Ce s-ar întâmpla dacă fierul din sânge sau oxigenul din alveole nu s-ar mai implica și ar avea o atitudine detașată? Ar mai crea aceste elemente legături stabile pentru a se face transportul de oxigen la celule?

Detașarea, neimplicarea sunt metode de apărare preventive la durerea desprinderii, dar efectul este dezastruos pentru trăire. E ca și cum la naștere, știind că

la un moment dat o să mă desprind, despart de trup, de viața aceasta, aleg să nu mă implic deloc în viață, să nu iubesc, să nu mă bucur etc. ca să n-am ce pierde. Dacă nu trăiesc deloc (nu investesc?), nu am ce pierde, nu sufăr. Matematic, nu ies pe minus – e o economie prin reducerea cheltuielilor. Pare logic, dar nu psihologic și nici ontologic. Majoritatea oamenilor care se asigură în acest fel în fața pierderii, ajung să facă atacuri de panică, să le fie frică de moarte, de pierderea vieții, tocmai pentru că nu au trăit-o. Intenția inițială a procedurii nu-și atinge efectul scontat. Poate că intenția prea mare (frica de frică sau de durere prea mare) este cauza...

Concluzia este că permeabilitatea, spargerea zăgazurilor este soluția și nu ridicarea zidurilor pentru a nu fi atacați și prădați. Nu putem fi prădați, pentru că nu avem nimic al nostru. Când spunem ființa "noastră", este vorba doar de o concesionare pe o perioadă relativă de timp și pentru o anumită "suprafață", "volum", spațiu din ființă. Concesionăm pe o anumită durată un teritoriu (corpul). Dar prin corpul "nostru", prin acest teritoriu pe care credem că îl administrăm trece constant ființă. Ca imagine concretă, prin acest spațiu al corpului trece constant ceea ce numim materie – protoni, electroni, cuante, energie, oricum am vrea să o categorisim. Acestea intră și ies constant în și din acest spațiu, este o trecere permanentă de ființă prin acest teritoriu. Atitudinile noastre de a păstra, de a crea o permanență, de a nu ne desprinde pot crea blocaje în flux. Opoziția noastră la schimbare, la schimb, deci la pierdere, la desprindere ne creează suferință. În concluzie, este necesar să trăim implicarea cu bucurie, în mod deplin. De asemenea, desprinderea este necesar să o trăim tot deplin. Detașarea și neimplicarea nu sunt trăire, ci ele sunt neviață.

Dacă avem această "imagine" despre ființă și "nonimagine" despre eu, tu, el/ea, atunci putem crea mult mai ușor un context în care putem fi liberi de reacțiile de apărare împotriva emoțiilor despre care am vorbit ceva mai înainte.
Nu este însă obligatoriu să adoptăm această viziune, această paradigmă pentru a trăi emoțiile.

Putem aborda trăirea emoțiilor fără un cadru cosmogonic specific în felul următor.

Atunci când emoția este generată de un exces sau deficit de timp, de atenție, de iubire, ea apare predilect în spațiul mental ca idee, imagine, scenariu ca ceva persistent sau repetitiv, atrăgător sau respingător.
Atunci când emoția este generată de un exces sau deficit de spațiu, căldură, dragoste, ea apare predilect în corp ca senzație percepută ca plăcută sau neplăcută.

Când apare ca idee, imagine, scenariu atrăgător/respingător reacția obișnuită este să facem ceva cu corpul nostru la modul conștient. Dacă este o imagine respingătoare încercăm să ne mișcăm, să facem efectiv ceva pentru a ne abate atenția de la aceasta. Dacă este atrăgătoare, de asemenea apare o agitație fizică în corp, ca o nerăbdare de a pune în aplicare sau de a obține/a împlini respectivul "obiectiv".
Ceea ce "vrea" acea idee, imagine, scenariu/film este atenție, o atenție totală. O atenție fără intenție. Fără intenția de a o îndepărta, de a o rezolva într-un fel. Dacă este o idee, "vrea" să o reflectăm, dacă este o imagine, "vrea" să o contemplăm, dacă este o poveste, un scenariu, un film, "vrea" să o urmărim cu interes. Dacă o personificăm ca și copil sau femeie, am putea să înțelegem mai bine ce "vrea" de la noi – disponibilitatea de a fi acum, prezenți. Dacă, de exemplu, filmul este

horror, să ne uităm la acesta până la capăt. Să nu ne împotrivim și să spunem "eu nu pot să văd așa ceva...". Dacă este o grijă, să îl/o lăsăm să o spună – să nu spunem "eu nu vreau să aud asta, nu vreau să știu". Este necesar să nu încercăm "să rezolvăm problema", să nu intenționăm nimic.
Timpul, atenția acordată ideii prin reflecție, imaginii prin contemplare, poveștii prin urmărire cu răbdare și interes, este ca o ploaie de iubire peste semințele ființei "noastre". Fiecare se va dezvolta în felul său. Cele efemere vor dispărea, se vor dizolva sub aceasta ploaie de atenție. Altele vor prinde rădăcini. Aceste rădăcini vor străpunge pământul, spațiul, trupul nostru. Adică vom simți în corp senzații, pe care le denumim în mod obișnuit intuiții. În latină "intueri" înseamnă "a privi la/în/din". Intuiția înseamnă a privi în interior sau cu interiorul, în corp sau cu corpul. Este o privire nemediată, este o "atingere" directă a ce cunosc, cumva cu ce cunosc, prin ce cunosc. Când spun că intuiesc ceva, văd ce cunosc din interiorul a ce cunosc. De aici caracterul de concret al intuiției, deci de certitudine, de neîndoielnic a ceva dinainte dat, ca pe un tot gata conturat.

Când emoția apare ca senzație plăcută sau neplăcută în corp, reacția noastră obișnuită este să-i acordăm atenție excesivă cu intenția conștientă fie de a i ne opune, de a o îndepărta, de a o face să dispară, fie de a o amplifica.
Dacă este o senzație plăcută, încercăm să nu ne mișcăm, ne oprim din orice pentru a o capta. Cumva, fugim după ea în corp – devenim hărțuitori. Prin hiperatenție se manifestă o hiperintenție sâcâitoare, cicălitoare care parcă impune "să fii – să fii – să fii..." Efectul este că o inhibăm sau o facem să fugă.
Dacă este o senzație neplăcută, prin hiperatenție și hiperintenție ne împotrivim, ne încordăm mental să o facem să dispară, să o transformăm, să o îmblânzim...

Efectul este că o amplificăm, devine mai intensă, se "încăpățânează" să fie și să facă ce "vrea".
Ce "vrea" senzația, este spațiu de desfășurare, "vrea" tot terenul (corpul) ca loc de joacă.
Dacă am personifica-o ca și copil sau bărbat, atunci am putea înțelege mai bine ce "vrea" de la noi. Ea vrea respect, a-i oferi spațiul de desfășurare, libertatea de mișcare în teritoriu, fără reguli, garduri, adică fără a interveni, fără a fi intruzivi, dar a fi aici, prezenți, să nu plecăm, să stăm cu ea. Dacă este o senzație plăcută, avem tendința să o sufocăm printr-o cramponare prea mare – nu lăsăm spațiu de respirație. Dacă este o senzație neplăcută, intervenim cu critici, cu opresiune respingătoare creând revolte din partea copilului/bărbatului. Senzația (copilul/bărbatul) vrea să fie acceptată, lăsată să fie necondiționat – vrea dragoste necondiționată.
Senzația (copilul/bărbatul) este invazivă, penetrează, străpunge corpul. Cu cât ne opunem acesteia, cu atât simțim că ne siluiește. Este necesar să i ne predăm, să-i lăsăm spaţiu de manifestare, să ne lăsăm copleșiți (îmbrățișați) de ea și de asemenea să o acceptăm, primim, îmbrățișăm. Dacă îi facem loc acolo unde ea apare, într-un loc oarecare în corpul nostru și nu intervenim asupra ei în niciun fel și nu o limităm doar la acel loc pentru a nu se extinde, atunci îi vom simți energia ca pe o infuzie ce se va răspândi în tot corpul, ca pe o inundație de trăire ce ne va penetra ființa. Percepția de neplăcut sau plăcut va alterna în mod ambivalent până la transcenderea acestei percepții dihotomice, devenind trăire pură.
Senzațiile ca emoții sunt semințe adânc înfipte în sol (corp) ce nu suporta înghesuiala. Unele dintre ele, lăsate să se desfășoare în prezența căldurii (apropieri, primirii, dragostei) se vor topi, dar altele având spațiu și fiind hrănite prin îmbrățișare de sol, vor crește și vor străpunge

solul ieșind ca tulpini și ramuri în minte dezvoltând frunze ca înțelesuri ("simțire înțelegătoare" după Părintele Stăniloaie), adică devin sentimente. Deseori sunt confundate cu intuiția, dar sentimentele nu "văd", sunt "oarbe", cunosc pe "pipăite", prin cuprindere, includere, îmbrățișare direct întregul de cunoscut, într-un mod inexplicabil dar dincolo de orice dubiu, ca în expresia "am sentimentul că...". Sentimentul înfășoară, "înghite" și astfel conține ceea ce este de cunoscut, cumva el devine acel cunoscut.

Lăsând senzația să crească ea ne oferă un înțeles de trăire a ființei. Lăsând ideea să crească, să se dezvolte, să prindă rădăcini în corp, ea ne oferă o ancorare în concretul ființei, în trăirea acesteia. Astfel sămânța cu rădăcină (intuiția) și sămânța cu tulpină, ramuri și frunze (sentimentul) pot să se unească pentru a deveni o întregime în dansul ființei. Frunzele sunt pentru a capta lumina, pentru a face fotosinteza și a hrăni cu trăire întreaga plantă. Lumina este bucuria cu care este întreținută planta. Este sensul ei. Sensul ființei este bucuria trăirii. Ea este întotdeauna prezentă pentru că este totdeauna în/la prezent, în acum și aici – unește timpul și spațiul în veșnicie.

Dacă timpul și spațiul, iubirea și dragostea, atenția și căldura sunt "dependente" de libertate, bucuria (veșnicia) este "dependentă" de gratuitate, de degeaba, de lipsa de scop, rost.

Mă pot întreba...
Cât spațiu îi las eu celuilalt?
Cât timp?
A oferi spațiu și a oferi timp...
Ce simt când mi se oferă spațiu/loc și timp/răbdare?

Dacă celălalt nu simte că are un loc al lui, cum să pot eu avea un loc în viața lui?
Eu am loc, spațiu în viața mea?
Sau e doar un gol și simt nevoia să-l umplu?

Când am loc, când am timp, atunci invit și am răbdare. A oferi timp înseamnă răbdare. A oferi timp înseamnă iubire. Și celălalt simte asta. Dacă nu este răbdare, atunci se simte presat. Golul trebuie imediat umplut – precipită nerăbdarea. A avea un gol, nu este spațiu, ci vid. În spațiu, focul poate să ardă, e căldură acolo – e dragoste. În vid, se stinge. Vidul sufocă, e lipsit de aer...
Grabă, pripire...
Se întâmplă asta atunci când simt un gol interior, un vid ce necesita umplere imediată...
Când am spațiu în mine, simt că am loc să stau, să respir – simt (că am) dragoste...
Când nu simt (că am) acel spațiu în interior (dragoste), atunci nu am nimic de oferit, doar cer. Nimeni nu se simte bine la mine pentru că eu nu ofer loc (că nu am loc), eu doar atrag în vidul interior. Acesta te suge, te sufocă. Toți se simt forțați de această forță a vidului...
Ca să se simtă bine, trebuie să simtă că au loc, că sunt primiți, invitați, nu băgați cu forța într-un loc (ca în pușcărie).

În patologie aceste lucruri legate de timp-iubire, spațiu-dragoste și bucurie-veșnicie-sens sunt evidente din punct de vedere existențial.
În special în anxietate, în atacul de panică și în depresia autentică (cea provenită din pierderea relației).

În anxietatea generalizată persoana resimte lipsa de sens a vieții. Totul se sfârșește, totul trece, nimic nu este permanent, ce rost mai are să mă bucur? Fără bucurie, viața e resimțită ca o povară de sarcini fără rost. Apare

astfel o epuizare, pentru că nu mai am carburantul oferit de bucurie. Nevoia de permanență mă împiedică să mă bucur de clipa prezentă și la orizont nu mai văd nicio speranță. Se produce astfel sindromul depresiv-anxios. Fac totul mecanic, trag de mine să funcționez, mă forțez. În felul ăsta lucrurile se agravează din ce în ce mai mult. Deci, curgerea timpului (nepermanența) este văzută ca o piedică a permanenței (veșniciei) bucuriei și astfel apare refuzul și în consecință capacitatea de a mă bucura de clipa timpului vieții mele. Asta conduce la lipsa de sens și la anxietatea generalizată și sindromul depresiv-anxios.
De multe ori golul de sens poate fi bine acoperit la cei foarte bine adaptați social-economic de satisfacții și veselii, dar atunci când viața le arată printr-o situație sau printr-un eveniment sau accident ceea ce au refuzat sau evitat să vadă până atunci, vor intra în șoc.

În atacul de panică, apare o resimțire a lipsei de timp. Nu mai am timp, este pe sfârșite sau se poate termina oricând. Nu am apucat să trăiesc. Nu simt că am suficient timp, înseamnă că nu simt că iubesc. Iubirea este blocată de frică, de frica de pierdere a timpului/vieții/iubirii. De aceea vreau să o păstrez sau să acumulez, să obțin cât mai mult, să am rezerve...
În atacul de panică apare o grabă, o nevoie de viteză care dă senzația că pot să apuc în timp util. Panica se poate declanșa, de exemplu, dacă tramvaiul stă pe loc sau merge prea încet sau întârzie când aștept în stație. Astfel, când aștept intru în panică pentru că am nevoie de viteză, mă grăbesc. Am senzația că nu mai apuc, că o să întârzii și o să pierd... Viața.
De asemenea, pot intra în panică atunci când sunt singur, neînsoțit. Am nevoie de atenția cuiva, adică de senzația de iubire din partea cuiva. Dacă ies afară cu cineva în locurile în care mă apucă panica, nu mai intru în panică. La fel și dacă vorbesc la telefon cu cineva. Important este

să mențin atenția cuiva asupra mea. Cum nu mai am această atenție, intru în panică. Senzația este că dacă primesc atenție, primesc iubire, primesc deci timp.
Iubirea înseamnă cunoaștere în expresia ei de suprafață. A ști, în esență este iubire. Nu poți ști, nu poți fi conștient decât în timp – în iubire. De aceea, oamenii care simt că nu au timp/iubire au frică de necunoscut, de nou, de schimbare, pentru că îl percep ca pe lipsă de iubire, lipsă de timp, lipsă de viață – nimicnicie. Adică simt că îi omoară, că îi anihilează.

În cazul depresiei autentice, atunci când pierd dragostea, locul de locuire cu celălalt, trupul lui – adică în cazul morții sau despărțirii de el –, spațiul lumii este resimțit ca vid, ca pustiu. Lumea devine un pustiu pentru mine, devine deșertăciune. Un vid pe care nimic nu-l poate umple sau un spaţiu infinit de mare plin de nimeni în care dragostea mea se face foc mistuitor ce poate arde întreaga lume...
Dacă nu mă nimicesc, atunci va trebui să îndur lipsa de sens a lumii și a mea în ea. Nimic nu mai are sens fără el/ea, totul este fără valoare, deșert... Așa că, fie încerc să sting acest foc mistuitor cu diverse patimi, fie încerc să astup acel vid cu patimi. Nu numai că am o incapacitate de a mă bucura, dar chiar refuz să mă bucur fără el/ea, care nu mai e... Singura vioiciune pe care pot să o mai permit este o furie nestăvilită pe lume care se încăpățânează să mai fie după ce el/ea nu mai sunt, precum și o furie pe ceilalți care sunt doar pentru a astupa gaura neagra din mine. Aceasta se întâmplă datorită faptului că refuz, nu îmi mai dau voie să mă bucur. Consider asta un sacrilegiu. Idolatria persoanei pierdute, atașamentul, fidelitatea fanatică față de ea îmi face spațiul interior arid, deșertic, nimic nu supraviețuiește acolo. Orice intră viu acolo este sacrificat pe altarul idolului. Dacă nu găsesc victime de sacrificat, mă voi sacrifica pe mine, mă voi tortura pe mine. Voi considera astfel că aduc jertfa

cuvenită idolului. Depresia este fie pierderea spațiului/dragostei, fie mai degrabă pustiirea acestuia cu foc nimicitor...

Cum rezolv astea?
Ce am de făcut?
Care ar fi soluțiile?

Dacă renunț la a mai acapara, poseda timpul, clipele vieții mele sau ale altora, dacă aș lăsa să curgă acest timp, această viață, atunci disponibilitatea către clipa prezentă și toate care pot urma după ea va fi întreagă. Mă voi putea bucura pe deplin pentru că voi fi dispus să mă desprind de clipa care trece (de trecut), precum și nu voi mai evita clipele care pot veni (viitorul). Astfel voi fi disponibil pentru prezent și să-mi redobândesc capacitatea de a mă bucura. Prin trăirea clipei prezente, mă bucur. Prin bucurie trăiesc veșnicia. Atunci simt că am tot timpul posibil, toată viața, iubirea posibilă – ceea ce va face imposibilă resimțirea faptului că nu am timp/viață.

Dacă renunț la orice apărare, granițe, obstacole pe care le pun între spațiul interior și cel exterior în credința că cel exterior ar putea fi amenințător pentru cel interior și dacă nu aș mai face această separare în ideea de a mă proteja, de a-mi delimita propriul, proprietatea asupra spațiului, atunci voi resimți că spațiul meu este cât universul. Voi putea să îi primesc pe toți, căci vor avea loc din belșug – voi avea dragoste pentru absolut toți. Pentru asta este necesar să renunț la ideea de pericol, că ceva periculos pentru mine poate să fie. De asemenea, este necesar să renunț la nevoia de identitate fie prin apartenență (atașate), fie prin separare (proprietate/proprium). Această nevoie este generată de ideea/credința că dacă nu ești de-finit (deci clar de-limitat, separat), nu exiști, nu ești tu. În concluzie, este necesară renunțarea la această

idee care stă la baza tuturor idealurilor de dezvoltare de sine, de creștere de sine, de specificitate, de a fi special. Această identitate limitează spațiul și împuținează până la dispariție dragostea.

De asemenea, este necesară renunțarea la scop, sens, rost – la întrebările "de ce?", "pentru ce?". Toate acestea blochează bucuria. Bucuria este trăirea gratuită. Este de frumusețe, este d'aia. Este necesară redescoperirea jocului... în joacă, în degeaba. Numai așa putem să ne simțim liberi, creativi. Numai așa avem acces la veșnicie – joaca eternă...

Prea adesea utilul, folosul interferează în plăcere, în joc, în degeaba, blocând apariția bucuriei sau suprimând-o.
De exemplu:
Citesc o carte care-mi place. Eventual cu lanterna pe sub plapumă să nu mă vadă mama... Îmi place atât de mult, încât nu îmi vine să o las din mâini. Dacă vine cineva și îmi spune să o las deoparte că nu-mi folosește la nimic și să mă culc, voi tânji după ea... Dacă vine cineva și îmi spune că e bine că o citesc, că îmi va folosi ce învăț din ea, eventual voi da examen, atunci "mi-a stricat plăcerea" – foarte posibil să o las deoparte sau chiar s-o arunc...
Sau
Mănânc o prăjitură. Și o savurez...
Dacă vine cineva și-mi spune că nu-mi face bine, că e toxică, atunci voi spune eventual "ce păcat... e așa de bunăăă..." Dar dacă vine și îmi spune că e bine să mănânc acea prăjitură, că are vitamine și face bine la nu știu ce..., atunci mi-a stricat plăcerea, parcă nu mai are același gust, aceeași savoare...
Exemplele pot continua la nesfârșit. Sunt la îndemâna oricui.

Este de remarcat că utilul, de folosul strică savoarea, plăcerea, gratuitul, degeaba-ul, etc. – împlinirea, care se pare că vine din ceva fără folos, din ceva gratuit. Doar așa putem să ne bucurăm pe deplin. Altfel, vom flămânzi. Vom fi veșnic nesătui, nesatisfăcuți, frustrați...

Bineînțeles că multe din cele pe care le facem gratuit, în joacă pot avea efecte benefice, nebenefice sau nocive. Dar ele vor fi efecte secundare, nu căutate, țintite. Apariția scopului, care este o țintă de atins, generează presiune, efort... Afectează ușurătatea cu care în mod spontan, în joacă facem un lucru, pentru că apare presiunea atingerii unui rezultat, al unui efect... Fără această presiune, este ușor ca respiratul, în timp ce cu presiune și respiratul devine un efort.
O viață trăită fără scop este o viață trăită în bucurie. Când mă bucur simt că trăiesc, eu, liber, în joacă, simt sens în asta. Altfel, nu mai simt sensul și încep să mă întreb despre sensul vieții – să-l caut, să mi-l găsesc, să-l văd, să descopăr pentru ce/cine trăiesc... dar ajung să nu mai trăiesc.

Este adevărat că fac și lucruri cu scop. Dar acestea privesc acțiunile care conduc la rezultate folositoare pentru mine, folositoare pentru supraviețuirea mea sau a celor dragi mie. Deci rezultatele sunt folositoare mie sau celor dragi și nu ceea ce fac eu este folositor pentru atingerea rezultatelor (scopurile).
Nu eu și ce fac eu trebuie să fie folositor unui scop, ci scopul, sensul, rezultatul îmi este mie de folos (sau poate nu, caz în care este bine să-l pun sub semnul întrebării). El este pentru mine, nu eu pentru el – eu însumi sunt fără de folos, eu sunt de frumusețe...

Obsesia culturală de a găsi ceva util în orice, în a nu pierde timpul cu joaca, cu plăcerea, cu a râde (ca prostul), ci în

a fi serios și încrâncenat tot timpul, pus pe treabă cu scop, cu rost, cu sens... conduce inevitabil la a resimți că nu ai timp și spațiu suficient, că îți lipsește iubirea și dragostea. Culmea este că iubirea și dragostea sunt inutile, dar fără ele simțim că viața pe care o trăim este fără rost – o viață irosită...

66. O abordare teologală

În comentariile din diversele scrieri mai mult sau mai puțin spirituale, sunt trecute sub tăcere cele trei mari acte ale Hristosului. Poate pentru că așa se poate vorbi în mod egal de Krishna, Zarathustra, Buddha și Hristos ca de marii avatari ai Divinității, fără a discrimina între ei.
Dar niciunul dintre aceștia sau alții nu a îndeplinit, precum Hristos, toate cele trei acte fundamentale – Moartea, Învierea și Înălțarea. În ceea ce privește nașterea din fecioară sau fenomene precum "imaculata concepție", erau idei destul de răspândite în vechime în cadrul miturilor despre zei și eroi (Mithra se naște dintr-o piatră sau dintr-o fecioară), deci ele nu sunt un element distinctiv. Pe de altă parte, mitul mitraic (nu și cultul) ar fi ca o profeție în spațiul indo-iranian pentru venirea Hristosului, reflectat în episodul magilor din Evanghelia după Matei. Înălțarea/răpirea la cer a lui Ilie și Enoch nu a fost precedată de moarte și înviere. Mulți au murit dar nu au înviat, alții au murit și au fost înviați (de exemplu Lazăr), dar nu s-au înălțat. În mitul lui Ossiris, acesta este omorât și tăiat în bucăți de Seth, este recompus trupește de sora și soția sa Issis pentru a reîntregi sălașul sufletului și a trece Dincolo în împărăția morților – deci nu învie cu adevărat și nu se înalță.
Doar Hristos este cel care săvârșește toate cele trei acte.
Pe de altă parte, oamenii pun mult accent pe minunile "medicale" ale lui Hristos sau fizice (cum este mersul pe

apă) sau socio-economice (cum sunt hrănirea mulțimii), dar nu prea acordă atenția cuvenită acelor trei minuni care au directă legătură cu cele trei acte fundamentale. Acestea sunt prima și ultimele două: transformarea apei în vin la Nunta din Canna, transformarea vinului în sânge la Cina cea de Taină și transformarea sângelui în apă pe cruce (apă care a țâșnit din rana făcută de suliță).
Ele sunt cele trei "minuni gratuite" pe care Hristos le-a făcut. Adică acelea pe care nu le-a făcut la cerere și/sau care s-au făcut în conformitate cu credința beneficiarilor.
La Nunta din Canna a fost rugat de Maica Sa. Apa aceea pe care a transformat-o este apa pe care oricât ai bea-o, tot însetat rămâi. Nu te satură. Ea reprezintă viața comună, o viață însetată după împlinire, după bucurie. Dar bucuria este trăirea Veșniciei sau veșnicia din fiecare clipă a vieții. Bucuria este reprezentată de vin. Vinul este Vestea Împărăției – "Bucurați-vă!"
La Cina cea de Taină, Bucuria se transformă în viață, adică în sânge pentru a se dărui – dau viață pentru voi. Este un act de iubire. Cea mai mare după cum spune El – a-ţi da viața (timpul) pentru prietenul/aproapele tău.
Pe cruce vinul este oțețit, este actul și amarul distanțării (plecării), dar nu pentru mult timp, ci cu speranța Învierii. Pe cruce, prin moarte, își dă trupul (spațiul). Este un act de dăruire, de dragoste, căci se face prin asta izvor de apă vie din care cine bea nu mai însetează. Asta înseamnă că apa aceasta este viața (timpul) veșnică (bucuriei) – Împărăția Sa.
Prin moarte, și-a arătat dragostea Sa, dăruind Tot. Prin Învierea Sa, ne-a promis Atenția (Iubirea) Sa veșnică – "Voi fi tot Timpul cu voi".
Prin Înălțarea Sa, ne promite Veșnicia (Bucuria), pentru că se duce să pregătească locașe de locuire pentru cei care vor să se bucure împreună cu El – care vor să bea împreună cu El din "fructul viței" în Împărăția Sa.

A murit ca om (ca Fiul Omului și-a dat/dăruit viața ca trup și sânge – Dăruirea), a înviat ca șarpe (puterea/înțelepciunea șarpelui asklepian de înviere a morților – blândețea/răbdarea/atenția tămăduirii; puterea șarpelui de aramă, ridicat de Moise pe stâlp în pustie, la care când muribunzii priveau rămâneau în viață, trăiau – Numeri: 21, 4-9) și S-a înălțat ca înger (Mila Păcii – "[cel] prealuminat fiește pace..."). Pentru lucrarea dăruirii (dragostei) și a tămăduirii (iubirii) este necesară smerenia – jertfa laudei. Prin jertfa laudei se poate avea acces la bucurie. Bucuria este premisa pentru primirea păcii – Mila Păcii.

Înălțarea este Bucurie – care este trăirea Veșniciei. Iar pentru a ne face părtași la aceasta, înălțarea Sa este și garanția pogorârii Sfântului Duh, Mângâietorul, care toate le împlinește, care toate ne învață și ne însoțește spre Calea, Adevărul și Viața.

Deci, Înălțarea Sa este o distanțare necesară pentru trimiterea Sfântului Duh, care este Viul, Trăirea în Sânul Ființei Dumnezeiești. Acesta este Însoțitorul, Părtașul pe drumul adevărului vieții către Hristos. El este adevărata Apă Vie a veșniciei (adevăratul Botezător, curățitor de toată neviața/păcatul înrobitor) – Bucuria. El se simte/arată ca foc și apă în aceeași măsură. El este Îndrumătorul pe Cale, pentru a ne feri de devieri și rătăciri de la drum, El este Învățătorul, cel care ne arată Adevărul desfăcând legăturile falsităților, eliberându-ne. El este Trăirea/Bucuria cu/în care ne întâlnim cu Viața – Hristos. Doar să-L primim, căci El este Darul pe care ni L-a făcut Hristos – Dar care ne dăruiește Veșnicia (Bucuria/Împlinirea/Sensul) Vieții.

De aceea, în-duhovnicirea este scopul oricărui trăitor, adică trăirea cu/în Bucurie – în Sfântul Duh.

Crucea este Iubirea Tatălui, Dragostea/Harul Fiului și Părtășia/Bucuria Sfântului Duh. Amin (Să Fie [în] Ființa/Lumina – Lumea Nelimitării, Yeh).

67. Despre nașterea din nou (Învierea)

Apropo de "simțire înțelegătoare"...
A înțelege în franceză este "comprendre" care înseamnă și a cuprinde.
A înțelege prin sentiment înseamnă a te lăsa cuprins.
De asemenea, tot în franceză, a îmbrățișa este "embrasse" care mai înseamnă și a săruta.
A mă lăsa îmbrățișat, a mă lăsa sărutat...
Putem înțelege mai bine ce înseamnă "sărutul morții", îmbrățișarea ei și ce înseamnă trăirea pe viu a muririi prezenți fiind, nu amorțiți...

Așa cum copilul pentru a se naște necesită din partea lui a fi complet prezent, o implicare, un efort conștient de a trăi "calvarul" procesului de naștere, tot așa este necesar să trăim pe viu murirea, adică tot ce simțim în acest proces, pentru a ne naște din nou ca înviere, nu ca reîntrupare.

De obicei, atunci când simțim durere (simțiri de intensitate mare) căutăm să scăpăm de ele, nu să le trăim. Dacă nu reușim să le descărcăm cumva, să le anesteziem apelăm la anestezicul "natural" și leșinăm (în cazul durerilor fizice (senzațiilor corporale) sau înnebunim (plecăm departe, în altă parte, în cazul suferințelor psihice, mentale). De aceea, drogurile sunt un adjuvant de a nu înnebuni sau de a fi sfârșit de durere fizică. Ambele însă, împiedică trăirea deplină a ceea ce se simte, a ce este de trăit în viață.

Cumva, viața este o pregătire, un antrenament, o exersare a acestor trăiri, pentru a fi cât mai apți de a trăi murirea, adică renașterea, nașterea din nou întru înviere...

"Nu știți că, pentru a cuceri moartea, trebuie numai să mori?" (Evanghelia Desăvârșirii, 43. A doua zi în Yerushalayim: smochinul sterp; Puterea – origini cerești sau pământești; Frica și cucerirea morții)

De exemplu, coma de lungă sau de foarte scurtă durată în care intră omul înainte de moarte, nu este altceva decât un refuz de a trăi murirea. Nu vrea să se facă asta în prezența lui (aceasta desprindere).
Cumva își amputează "știul" și "simtul" care sunt cele două "brațe", "organe" personale cu care el trăiește în Creație...
Oamenii vor să fie ajutați "să facă față" simțirilor din diverse situații. A face față, adică a se opune la ce trăiesc, a trece peste etc.
Mai important este "să faci spate", să lași să se treacă peste tine, prin tine, a nu te opune, a te preda (m-a dat pe spate) – a trăi...

Când simți că acest corp te limitează, te apasă, când îl simți ca o închisoare, când simți că trupul îți e mormânt, că nu ai loc în el, că te înghesuie, înseamnă că nu ai lăsat loc în el trăirilor, că ai refuzat să trăiești. L-ai mortificat prin toate mijloacele de a te apăra, de a te dezvolta... Astfel trupul nu miroase a mir (pacea duhului), ci pute a duhoarea nevieții, a putreziciunii...

Dacă Numele Părintelui este Eu Sunt, Numele Fiului este Sunt Eu.
Dacă stau cu fața la Sunt (la Mama în brațe – Yeh), întreb "Cine Eu Sunt?". Cine este în spate, iar Cine este Eu-Ce-Trei, cele trei Semințe/Cuvinte generative ale Tatălui/Eh (Simt-Știu-Vreau). Și așa Simt-Știu-Vreau în Mama, în Sunt (Yeh) le Trăiesc ca Dragoste-Iubire-Lumină în "Mine". Și atunci mă întorc cu fața spre Părinte, în brațele (Trăirea) Mamei fiind, iar Numele meu devine "Sunt Eu

Cine(va)". Adică, în Sânul Mamei fiind, Simt-Dragoste, Știu-Iubire, Vreau-Lumină – Mă nasc (a doua oară) în Sfântul Duh. Sunt Pruncul în Brațele Maicii (Sunt/Yeh) ţinut în Dragoste-Iubire-Lumină cu fața către Părinte. Atunci am răspunsul la întrebarea fundamentală "Cine Eu Sunt?" – "Sunt Eu Cine(va)".
Când sunt la prima naștere, în întrebare, (mă) întreb "ce simt?", "ce știu/cred?", "ce vreau/văd?"

În nașterea a doua (nașterea din nou) răspund "Simt-Dragoste", "Știu-Iubire", "Vreau-Lumină" – adică Sunt Eu (în) Cine(va), sunt în Sfântul Duh, sunt înduhovnicit. Particip la Dialogul dintre Eh și Yeh (Eu și Sunt), Dialogul Părintesc, devin fruct copt, rodul copt în Relația (Sfântul Duh/Dialogul) "Părinților" (Eh Yeh). Adică particip la Răspunsul Mamei. Pentru asta, nu mai trebuie să stau cu fața spre Ea, spre Ființă, să mă cramponez de Ființă, să o posed, să devin una cu ea, ci să mă las Ei, să mă încredințez ei, iar asta se face cu spatele, mă las în brațele ei și privesc spre Necunoscut, acolo unde privește și ea – atunci Văd. Icoana Maicii Domnului cu Pruncul este imaginea "Nașterii din Nou", cea de a doua. Pentru a ne naște din nou, este necesar să ne încredințăm Ființei, la Tot ceea ce Este, o încredințare totală, cu toate riscurile – nu ne mai apucăm noi de Ființă, ci ne lăsăm ținuți de Ea.
Când ne apucăm noi de ea, nu avem încredere decât în noi. Nu avem încredere în ea. Iar în spatele nostru este necunoscutul amenințător – ne uităm cu frică peste umăr în spate și apoi ne agățăm cu disperare de Mama. Când ne încredem, ne întoarcem și astfel Vedem.

Maxima încredințare în Sunt este deci des-prinderea totală de Sunt – încredințarea în mormânt, "Pântecele Sacru" sau "Brațele Maicii", când las să pierd totul, chiar și ceea ce percep ca "propria ființă". Abia atunci pot avea Răspunsul, adică Bucuria, Trăirea Simt-Dragoste-Știu-

Iubire-Vreau-Lumină. Atunici Văd, pentru că sunt eu în Eu Sunt.
Aceasta este Calea pe care ne-a arătat-o Fiul (Voia Nelimitării) prin care îl putem vedea pe Părintele care este EhYeh/Eu Sunt (Cel Nestrămutat, Veșnicul Binecuvântat).

Necesitatea "des-prinderii" de Ființă poate fi înțeleasă mai bine dacă o comparăm cu persoana care se înecă. Aceasta se zbate, încercând să apuce și să se țină de apă (Ființa). În felul ăsta ea de fapt se adâncește mai rău în adânc, creând goluri în apă (goluri de ființă). Dacă se lasă moale, apa (Ființa) îl ține, îl duce.

Aceeași comparație, dar de data aceasta, cu salvatorul, cel care știe să înoate. În disperarea lui, cel care se înecă se apucă cu încordare de salvator și îl pune pe acesta în pericol de înec. Salvatorul aici este Viața, Ființa. Înecatul de Viață se apucă cu disperare de Viață sufocând-o. Este necesar, pentru a-l salva, ca salvatorul să îi tragă un pumn acestuia pentru a-l lasă inconștient, pentru ca acesta "să se lase moale" și dus, ținut. Moartea are acest rol ultim. În ultima clipă a procesului muririi, ne lăsăm duși. Unii, nici atunci nu se lasă, ci mor înțepeniți, în împotrivire.

Cramponarea de viață, de ființă sufocă viața, ființa, o ucide – ucide trăirea, bucuria. Și atunci apare senzația de moarte ca soluție salvatoare.

Asta arată că realitatea este în expresia "eu sunt în viață" sau "eu stau, pășesc pe Ființă" sau "Viața, Ființa mă ține", nu în expresia "eu mă țin în viață (prin ceea ce fac sau nu fac)" sau "eu fac să fiu". Mai degrabă se poate observa din exemplul de mai sus că "eu fac să nu mai fiu în viață..."

68. Despre Existență

Care este diferența dintre "lume" și "viață"?
Ce este "viața"?

Ființa Este. Tot ce Este.
Cum apare ce îmi apare în ec-sistență ține de ce și cum interpretez eu, de cum mă raportez, la ce proiectez sau introiectez etc. – lumea fenomenală.

Nu există ființă (ontologic) decât în expresia Eu Sunt. Apoi, existența este creată în "Spațiul-Timpul" dintre Eu și Sunt prin verbele "Simt", "Știu" (Cred, Cunosc), "Vreau/Văd". Prin aceste verbe/cuvinte este creată Existența (Creația). Răspunsul "Ființei" este "rezonanța" acestor verbe în/pe Ea (în Sunt). La "Simt" răspunsul este "Spațiu", "Căldură", "Dragoste"; la "Știu", răspunsul este "Timp", "Iubire", "Adevăr"; la "Vreau/ Văd" răspunsul este "Lumină", "Pace"
Aici nu este nicio separare, pentru că nu este nicio amenințare. Nu există amenințare, nu există pericol. Există împreună. Pentru a fi împreună este necesară unicitatea. Dar unicitatea nu este dată de separare cum fals gândesc oamenii obiectualizând, conceptualizând. Unicitatea constă doar în expresia "Doar eu simt că sunt eu". Deci doar în/prin verbul simt. Răspunsul Ființei apare ca o ardere de a fi, ca o căldură sfâșietoare. Aceea este dragostea. Poate fi re-simțită ca o durere/arsură/mistuire și interpretată ca o singurătate pentru că doar eu (singularul) singur simt asta în raport cu ființa. Dar dragostea poate fi revărsată și împărtășită. Ființa poate fi împărtășită pentru că este doar una. Să ne imaginăm de exemplu pe noi înșine în existență și în raport cu ființa ca pe niște vaci (unicitățile) pe o pajiște, neîmpărțită și neseparată în parcele individuale, deci toată laolaltă. Noi putem să ne plimbăm "împreună" pe ea, să ne raportăm

la ea cum vrem. Dacă vrem să facem a noastră o bucată din ea, apare tendința de separare. Vreau să am o bucată de ființă (de pajiște), numai a mea. Și ridic un gard de împrejmuire și încep să mi-l apăr de alții. Uite așa începe separarea, prin "al meu", "doar" al meu (exclusivitate) – așa încep să exclud. Și așa se naște nevoia de asigurare a siguranței posesiei "doar al meu-lui". Încep deci prin iluzia că pot separa ceva imposibil de separat și de avut, ridicând garduri și apoi având grijă să le apăr. De cine le apăr? De celelalte unicități, fără de care mă simt singur și cu care nu mai împărtășesc ființa, ci o împart, o separ, trasez granițe. Și ajung să pun distanțe între unicitatea care sunt și celelalte unicități. Distanțele nu sunt spații existențiale, ci îndepărtări de existență, pentru că răspunsurile care "ră-sună" aici sunt goluri de ființă. Iar în acele goluri îmi închipui vedenii. Pot să-mi închipui chiar că Ființa și Existența sunt dușmani care vor să-mi fure parcela (ființa "proprie") de pajiște. Sau dușmanii pot fi orice proiectez eu în spațiul existențial.

"Doar eu" este ontologic. Doar eu simt că sunt. Altul "mă" poate ști, vedea, "mă" simte (adică prin răspunsul ființei – dragostea care se revarsă din spațiul creat de trăirea pe care eu o am prin "eu simt că sunt". Împărtășim împreună aceste răspunsuri ale ființei cea una. Nu avem o ființă a noastră, doar a noastră. Trupul, de exemplu, este doar o reprezentare a existenței, un spaţiu-timp creat de verbele conjugate de Eh (Eu, Părintele absolut) și răspunsurile Ființei care devin acest trup/materie/structură/informație. Fizica cuantică arată că ceea ce numim materie, substanţă este o aparență a unui "spațiu" gol. Vidul cuantic ca "suprafață" de potențială rezonanță la cuvintele spuse. Acest dialog între Eu și Sunt reprezintă Sfântul Duh – Viul existenței. Fiul este Voia/Intenția primordială prin care s-au conjugat verbele (simt/știu/vreau sau văd) de către Părintele absolut (Eu). Reprezentat geometric, centru unei

sfere este Eu (Părintele), suprafața sferei este Ființa (Sunt), raza sferei a apărut la intenția Lui Eu care este Fiul (și care ulterior se întrupează în aceasta rază ca făgăduință, străbătând întreaga sferă, Creație). Volumul dintre centru (Nimicul absolut) și Totul infinit care este suprafața sferei este Sfântul Duh, Existența, Viul, Viața, Veșnicia, Dialogul ("Dumnezeu este o sferă cu centrul pretutindeni și suprafața nicăieri" cum spunea un călugăr anonim într-o culegere apărută în secolul XII).

Noi cine suntem? Ce suntem? Vacile Domnului pe Pajiște (Ființa infinită)?
Da. Doar că tradițional ni se spune oi. Din când în când o oaie se mai dă păstor sau chiar crede că este pusă să vadă de celelalte. Noi suntem centrele de pretutindeni din suprafața de nicăieri. După Chipul Centrului Unic suntem unici. Asemenea ne putem raporta la Ființă. Sau altfel…
Și ce "facem" noi "aici" pe "Pajiște"?
Dacă "primim" Intenția/Voia (Fiul) ne situăm, ne raportăm la Ființă în "Raza" (Dialogul – Sfântul Duh) care dă rod pe "Pajiște" (Ființă) ca "Dragoste", "Iubire", "Lumină". În acel "Loc" găsim roadele astea și cu ele ne hrănim.

Ce înseamnă a ne hrăni?
Înseamnă a "trăi", a ne "bucura" de roade. Căci dulci sunt acestea în grădina existenței.
Prin simt mănânc (trăiesc) dragoste, prin știu/cred mănânc (trăiesc) iubire/adevăr, prin vreau/văd mănânc (trăiesc) lumină/pace.
Pe toate le primesc, pe toate le înghit, pe toate le mănânc, adică asta înseamnă că pe toate le trăiesc. Iar a trăi, înseamnă a mă bucura.
În bucurie fiind, cu bucurie şi prin bucurie mă înfrupt din ce e – adică în/cu/prin Sfântul Duh.

69. Despre bine și rău

"Întotdeauna răul are un sens, binele nu are niciunul" (Minamin)

Pare fără sens citatul…
Asta arată că în conformitate cu ce afirmă, citatul este "bun".
Cumva, ceea ce se spune aici este contraintuitiv, împotriva pre-judecăților culturale.

Dumnezeu a spus întâi "să fie" și apoi a spus "e bine/frumos" că e.
El nu a spus "ar fi bine sau e bine să fie". Asta ar fi însemnat să spună "cum" să fie. "Ar fi bine" se referă la "cum" să fie ceva. Ori asta ar însemna, ca ceva care este, să fie (mai bine) altfel decât este. Când spun să fie, spun CE să fie. Când spun e bine (să fie), spun cum să fie, în ce fel să fie, întotdeauna altfel decât e. Deci când spun că vreau să fie bine, mai bine, spun nu e bine așa cum e, nu este bine că e așa, dar ceea ce e, fiind așa, spun de fapt că nu e bine că e. Deci întotdeauna când spun "e bine să", spun că e bine într-alt fel decât e. Neg, mă împotrivesc, refuz ce e.

Când spun că e bine, atunci afirm că prin faptul că e (ceva/cineva) e bine. Binele deci se fundamentează pe a fi. Dacă ceva e e bine. Când spun "e bine să" sau "ar fi bine să" sau "ar fi mai bine să", atunci spun că așa (cum este) nu este bine și dacă nu este bine înseamnă că este nebine, "rău". Și încep să argumentez de ce nu este bine așa cum e și de ce ar fi mai bine altfel. Argumentez cum ar fi mai bine, dar mai binele nu este. Pe ce îmi bazez eu atunci argumentația? Doar pe cum este ceva pe care eu nu îl consider bun. Spun că acesta nu ar trebui să fie (așa). Mă împotrivesc la ceea ce este. "Ar fi bine", "e bine să"

mă conduc spre a mă împotrivi la ceea ce este, la lupta, războiul cu "a fi", cu "ce e". Bine-nțeles făcând ceva, un "mai bine".
De unde știu eu "mai binele" din moment ce acesta (încă) nu există, ca să nu întreb de unde știu că va fi "mai bine" sau chiar "bine"? Omul nu vede niciodată binele la prezent. Mereu zice că "(tot) înainte era mai bine" sau speră la un mai bine în viitor. Dar, cum spunea Bob Dylan, "nu știu cum se face că în fiecare dimineață mă trezesc tot azi". Deci nu exista ieri și mâine, există doar azi unde nu este niciodată bine, pentru că se poate mai bine altcândva decât azi, deci niciodată. Și oamenii vor găsi un milion și mai bine de justificări logice și pragmatice ca să argumenteze de ce nu este bine sau suficient de bine ce e. "Mai binele" devine astfel răul "binelui că e". Mai binele se luptă cu ceea ce este.

Mai binele vine cu ideologia evoluției, a progresului, a ajutorului, a salvării, a dreptății, a… orice. Are întotdeauna o semnificație, o direcție, un sens. Dar să pun din nou întrebarea: de unde știe? Nu putem ști decât ce e. Putem ști ce nu e? Desigur, putem să ne imaginăm. Dar ce înseamnă a imagina? Ce imaginăm când imaginăm? Păi, uneori "mai binele", alteori "mai răul", mai ales că pe ultimul se spune că este "bine" să-l pui în față. Unii vorbesc despre "rău și bine". Din titlu îl pun în față, ca și cum întâi este răul și apoi vine binele sau mai binele ca o corecție, ca o îndreptare a greșelii. Vechea ideologie a antagonistului. Este necesar eroul negativ pentru a emancipa și chiar a exista cel pozitiv. La alții cumva parcă răul este ontologic și mai puternic decât binele. Și într-un fel așa e, dacă ceea ce este, a fi-ul are nevoie de îmbunătățire, de corecție, de perfecționare etc. Bine este ceea ce este și rău este orice împotrivire la asta, indiferent de modalitate și intenție. Revenind la imaginare, toate modificările imaginate sunt pe CUM va fi ce e, la viitor, iar

imaginarea se va axa pe instrumental și stilistic a ceea ce va fi, nu pe a fi sau a nu fi ceea ce e, la prezent. Referitor la puterea de creație a imaginației, ea își are originea în a "spune" ce să fie, nu cum să fie. De exemplu, "să fie ploaie", nu să imaginez modalitățile de a determina ploaia. Puterea imaginației stă în a spune să fie ploaie și a o "vedea" cu toate simțurile în momentul în care o spun. Și dacă o spun, este bine să o fac la timpul prezent, să spun este ploaie. Deci puterea ei stă în afirmație, nu în argumentație. Argumentarea este lipsită de putere, pentru că se străduie să aducă justificări că ceva merită, este (mai) bine să fie decât ce e. Argumentarea, deci, încearcă să justifice, să îndreptățească uzurpatorul (mai binele care nu e) pentru ocuparea locului celui care e (de drept). De drept, pentru că pur și simplu e.

Nu prea este corect politic.
Cu ce drept ceea ce e este mai degrabă decât ceea ce nu este încă și care poate ar fi mai bine să fie?
Nu știu.
Răspunsul este unul singur: că e.

Bert Hellinger spune că prima dintre legile conştiinţei colective afirmă că orice membru al grupului are acelaşi drept de apartenenţă (ca oricare altul). Adică asta înseamnă că orice membru are dreptul de a face parte, de a fi în grup. Dar ce se poate observa la nivelul unui grup (familie, gintă, trib etc.) este valabil la nivelul Totului, în cadrul a Tot ceea ce este.
Tot ce este este un grup, o mulțime de a fi. Dreptul de a fi în acest Tot a fost dat, "certificat", "legiferat", "legitimat" prin "Da", "Să fie", iar dovada de netăgăduit constă în faptul că este. Nimeni nu poate exclude pe nimeni odată ce a fost "afirmat", odată ce este. Acest drept nu este unul dobândit după merite. Asta ar presupune ca cineva să preexiste meritului de a fi. Acest

lucru ar conduce la absurdul de a fi înainte de a fi pentru a face ceva ca să merite să fie, ceea ce ne aduce în același punct. Cum pot să fac să merit să fiu înainte de a fi? Deci este imposibil să meriți să fii sau să nu fii. Dacă ești, atunci ai dreptul inalienabil, ontologic de a fi și nimic, niciun a face/a nu face sau a avea/a nu avea (fapte "bune" sau "rele", calități, însușiri "pozitive" sau "negative" etc.) nu are puterea de a anula "certificatul de naștere" în "grupul", "mulțimea" lui a fi, în Totul. Adică nicio faptă neconformă, incorectă, nedreaptă, "rea" etc., nu poate anula acest "fapt" ontologic, dar de asemenea, nicio faptă "bună" nu aduce un drept în plus, "mai" mare, mai merituos pentru a fi.
De aceea, excluderea unei persoane, fie din existență prin moarte, fie prin exil din comunitate, din societate prin izolarea în pușcărie sau alt fel de excludere, fie din memorie prin uitare, negare, rușinare, îndepărtare etc., este un act de separare, de neiubire. Iubirea este uniune, unire, adunare (biserică, trup hristic, adică comuniune, împărtășire în comunitate) la un loc, deci în dragoste. Dragostea este un loc de locuire comună, de împreună la un loc, acest loc fiind totul.
Nimic și nimeni nu este lăsat pe dinafară pentru că nu există "în afara" Totului, nu este decât Este și ceea ce este este comun, în comuniune cu Tot ce este. Nu există "nimicnicia" lui Tolkien în care a fost exilat Melkor decăzut în Morgoth. Astfel, excluderea, este un act de separare "înăuntrul" acestui Tot, este un act de a pune granițe în cadrul Ființei, este o fărâmițare în "trupul" acesteia. În acest fel apare un dezechilibru lăuntric în Tot ce e. De aceea separarea între rai și iad este o erezie la adresa iubirii și dragostei, la adresa uniunii, a lui împreună. De aceea apocatastaza lui Origen se aşează pe iertarea totală, pe dispariția tuturor granițelor, pe împreună. Pedeapsa iubirii este iertarea, iar cea a dragostei este îmbrățișarea. Cum spunea un cuvios avva cândva,

"arzăte-ar Dumnezeu să te ardă cu dragostea Lui cea mare". Dragostea, foc cumplit și pârjolitor, ce mistuie toate granițele, toate zidurile, toate separările. A îmbrățișa înseamnă a face spațiu de locuire, un împreună. Dragostea înseamnă includere nu excludere. Dacă exclud ceva sau pe cineva, pe orice motiv mai mult sau mai puțin rațional în conformitate cu legile și normele morale social-religioase ale unui grup, constituie o împotrivire la această lege a iubirii și dragostei care este o lege a incluziunii.

Dreptatea lui Dumnezeu (a universului, a Tot ce e sau cum vrem să-i spunem) împlinește această lege. "Dreptatea omului" este legea excluderii. Doar el poate face asta cu sine sau cu altul, doar el (se) poate exclude de rușine, vinovăție, frică, furie și orgoliu, dar mai ales impunând "binele" cu forța, nu doar altuia, ci și sieși prin ceea ce se numește de obicei supraeu. Dacă un grup familial spune Hellinger se rușinează cu un membru, strămoș criminal, bețiv sau nebun și încearcă să-l treacă "sub tăcere", să-l excludă din memoria grupului, urmașii, membrii grupului vor simți repercusiunile acestui act. Judecătorii vor suferi "pedeapsa dreptății" lor. Pentru a înțelege fenomenul, putem să ne gândim la o lege a fizicii newtoniene. Când împing într-un perete, acesta "mă împinge" cu o forță egală cu a mea. Deci, când mă împotrivesc la ce este, când încerc să împing "acel este" în afara lui este mă voi simți eu însumi/însămi dat afară din este, orice ar însemna acel este, ca situație concretă. Dar cum nu există un afară, voi crea doar granițe, doar linii de demarcație imaginare, iluzorii, însă cu puterea de a aduce tensiune și conflict.
Când trasez o graniță, stabilesc un conflict acolo unde nu este, dar acesta se va manifesta într-o tensiune. Granițele sunt tensionate și favorizează conflictul. Granița simbolizează siguranța. Siguranță față de ce? Față de ce este? Față de "restul"? Față de Tot restul care este în afara de "mine", de "noi"? Așa avem noi senzația de a fi în

siguranță. Așa creăm străinul, dușmanul, toxicul, dăunătorul, menținându-l la graniță, "afară", "simțindu-ne" în siguranță. E "drept" așa. Ce e al nostru e al nostru și ce e al vostru e al vostru (asta când nu considerăm că e tot al nostru…). Mintea noastră este învățată să traseze granițe, demarcații, de-finiri pentru a categorisi, pentru a discrimina – așa înțelege ea, prin discriminare, prin separare.
A înțelege ceva este un proces natural de includere, se exprimă prin asimilare, integrare, digerare – cunoașterea e iubire, includere, unire, nu separare. Putem înțelege de ce cunoașterea binelui și răului a condus la suferință, la separare, la împărțire, la judecată, la discriminare între bine și rău. De ce este necesar să transcendem binele și răul pentru mântuire, pentru revenire la a fi, la uniune, la viață, adică la bucurie. Iar acest lucru se face prin includere, nu prin excludere, pentru că nu mă pot bucura decât împreună. Când mă bucur, ies în "afara" mea către altul și fac asta prin "pedeapsa iubirii", prin includere, prin îmbrățișare, prin primire.
Putem începe prin a nu mai exclude. Concret asta ar însemna să nu ne mai apărăm. A te apăra înseamnă a exclude ceva pe care îl consideri amenințător. Cum poate "un a fi" să fie amenințător la "un alt a fi"? Cum poate "un a fi" să anuleze, să scoată din a fi "un alt a fi"? A fi înseamnă "Da", "să fie". Cum poate asta să amenințe un alt "Da", "să fie"? Pot să îmi închipui asta, pot să cred asta. Dacă fac asta, voi stabili ideologia pericolului la adresa lui "a fi" și atunci voi și simți nevoia de siguranță și voi considera necesar să mă apăr pentru a fi în siguranță. Dar aceasta va rămâne un deziderat, pentru că niciodată nu mă voi simți în siguranță, voi fi mereu în apărare, în luptă, în război, cu arma la picior până mă voi obișnui cu această stare perpetuă de tensiune. Voi considera această stare senzație de siguranță și mă voi simți în pericol în starea de relaxare. Încordarea de a fi va fi scopul meu și stăpânul

meu va fi instinctul de supraviețuire. De aceea, este greu – foarte greu, aproape imposibil – ca omul să se lepede de credința lui în apărare. Este religia lui, idolul său în fața căruia se supune total, fanatic. Îi este extrem de dificil să abandoneze această credință, pentru că se va simți el însuși abandonat (de sine). De aceea, metoda Letting Go, care înseamnă a se preda el însuși, o resimte ca pe un abandon de sine. Nu este de mirare că eliberarea este adesea văzută în a nu fi: pentru că această stare de tensiune și conflict constante nici nu reprezintă a fi-ul, iar "a nu fi"-ul (neființa) îl scoate, îl scutește de dilema libertate-responsabilitate în care se află prin puterea de a alege. Îl sustrage din fața aparentului paradox că a te preda, a nu te mai apăra, a te lăsa invadat te eliberează, te salvează de neviață, de netrăire și, deci, conduce la înviere.
Deci, în momentul în care mă împotrivesc, exclud și încalc legea iubirii și a dragostei. Când mă apăr, fac asta, când judec fac asta, când pedepsesc fac asta, când mă simt nedreptățit fac asta, când îmi impun dreptatea fac asta… Când nu las tot ce e să fie așa cum e, cum vine și cum pleacă.
Îmi închipui că împotrivindu-mă la ceva ce e, la ce e, adică încercând să-l fac să nu fie, îmi asigur să fiu, fac să fiu. Îmi închipui deci că prin a face ceva să nu fie, fac să fiu. Și mai clar, încerc să fac se fie prin a nu fi.
Uimitor…
Care ar fi soluția?
Să las tot ce e să fie așa cum e, cum vine și cum pleacă.
De ce?
Pentru că, dacă e, e bine.

În "Fapte" (11: 7-9) Dumnezeu îi spune lui Petru "junghie şi mănâncă." El îi răspunde "Nicidecum, Doamne, căci nimic spurcat sau necurat n-a intrat vreodată în gura

mea." Dar Dumnezeu îi zice că "Cele ce Dumnezeu a curăţit, tu să nu le numeşti spurcate."

Omul este cel ce pune nume. Omul definește și creează separare de-numind, acordând nume, concepte și astfel creează separare, granițe. El numește spurcat, nociv, dăunător, toxic, vătămător etc. ceea ce el vede ca "părți" ale Totului. În felul ăsta le categorisește și "știe" să se ferească de ele. Dacă intră în contact cu ceva nociv poate să îi dăuneze, îl poate face să nu "mai" fie. Iarăși întrebarea: poate ceva ce este să facă altceva ce este să nu mai fie? "Mai" este întotdeauna la viitor, nu la prezent. La prezent este doar "este". "Să (nu) mai fie" se referă la viitor, care nu este. Apărarea este întotdeauna pentru viitor. Chiar pericolul imediat este un pericol din viitorul imediat. Deci dacă în prezent sunt, este imposibil să nu fiu. Să nu "mai" fiu este o referire la viitor, o închipuire.
Dacă numesc ceva spurcat, periculos, atunci voi crede că este așa și se va face mie după credința mea, pentru că mă voi împotrivi, mă voi război cu "dușmanul" sau mă voi feri, voi evita, mă voi izola de nocivitate pentru a nu fi contaminat, a nu intra în mine. Iată și teoria contagiunii, a infectării… Iată și teoria luptei cu boala, cu cotropitorii, fie aceștia germeni, fie alte entități sau substanțe otrăvitoare. Dar boala în sine este o luptă pentru apărarea "patriei" corporale sau teritoriale. Deci boala este o apărare la granițe sau pe ceea ce numesc a fi propriul teritoriu. Ce fac când mă apăr? Mă împotrivesc, exclud (febra furiei de exemplu, crima "justificată", îndreptățită), sunt în conflict. Când este pe "propriul teren", conflictul este în "interior" (repulsie, greață, scârbă etc.), o parte din mine se luptă, este în conflict cu o alta pe care vrea sa o exileze în exterior. Un a fi cu un alt a fi, încercând fiecare să-l facă pe celălalt să nu fie. A face să nu fie este imposibil. Dar încercarea de a face asta are repercusiuni în trăirea concretă de viață. Apare ceea ce denumim,

tensiune, suferință, dezechilibru, adică efectele bolii. Boala constă în această încercare și își are originea în credința nestăvilită în ideologia siguranței oferită de separare, de izolare (băgăm în carantină și ne băgăm în carantină). Față de ce ne separăm? Față de ce ne putem separa? De ce este? Păi, ne putem separa de ceva care nu este? Și atunci? Cum ne putem separa de ce este? Luptând cu ce este, nu ne împotrivim la ce este, la a fi?
E "bine" să ne împotrivim la ce e?
E "rău" să nu ne împotrivim?

Discriminarea se bazează pe comparație între ceva și altceva. Ea este o critică la adresa felului de a fi. Ea este întotdeauna justificată de un mai bine, mai mult sau altfel decât așa. Ceva sau cineva este mai bun, mai puțin bun, mai puţin, mai..., mai rău decât altceva sau altcineva.
Din asta rezultă de obicei, ca reacție de apărare, isteria cu foamea ei nestăvilită după atenție și acceptare și frica ei extremă față de orice judecată, chiar orice opinie nevinovată sau părere diferită, pe care le resimte ca pe o constrângere extremă.
Nevoia de acceptare și iubire (așa cum este ea înțeleasă, de obicei ca supunere și recunoaștere a unui fel, unui cum) din partea celorlalți la intensități disperate predispune la autodistrugere.

De ce această nevoie extremă de a primi iubire, atenție, recunoaștere, prețuire, acceptare etc. conduce mai degrabă la moarte decât la viață? Și asta la modul cel mai concret, nu doar la figurat. De ce nevoia de corectitudine și dreptate duce pe termen mediu și lung la contrariul a ce intenționează? De ce îndreptățirea duce la război, la și mai multă nedreptate?

Hristos spunea că, atunci când îți dai sângele tău (viața ta) pentru un aproape (pentru un prieten), mergi spre înviere. Este ce a făcut El.
Când iubiții se dăruie unul altuia se naște o viață. Ei mor unul pentru și prin altul la nivel de spermatozoid și ovul în vederea vieții noi.
Deci, când nu mai dărui nimic, dar vreau cu disperare să primesc atenție, acceptare, iubire, îmbrățișare..., atunci se inversează procesul – nu mai este prin dăruire (sânge sau trup/celula reproducătoare), prin moarte spre viață, ci este prin viață spre moarte.

Pentru că vreau viață pentru mine, vreau sânge, vreau carne, vreau sex, vreau atenție, vreau îmbrățișare, vreau iubire... Alerg cu disperare, cu furie să le captez, să le am, dar tot ce primesc conduce la moarte, pentru că tot ceea ce prind, ce strâng în mâini omor (ca și copilul care strânge la piept puișorul de găină). Omor viața pe care o posed, omor iubirea pe care o posed. De aceea posedarea vieții, a iubirii conduce la disperare și moarte. Pentru că viața posedată, avută, nu mai este liberă și moare. Dacă este liberă, dacă este lăsată liberă viața, iubirea circulă, se dă de la unul la altul, duce la viață, la înviere, la și mai multă dragoste.
Deci atunci când dau/dărui dragoste, dragostea e vie și conduce la și mai multă dragoste. Dacă primesc dragoste sau viață sau orice, dacă dărui mai departe se înmulțește, nu se împuținează. Dacă primesc, nu mă îndatorează, pentru că nu este pentru propria posesie, nu este pentru mine. De aceea nu trebuie să merit ce primesc. E ca să dau mai departe. Las să treacă prin mine, nu o rețin, nu o posed, nu o iau în proprietate, nu o fac a mea. Iubirea, viața, nu pot fi proprietatea cuiva. Doar le lăsăm să treacă prin noi. Dacă le tâlhărim și vrem să le facem ale noastre, pierdem bucuria și astfel iubirea devine disperare și viața devine moarte.

Bucuria este o renaștere în fiecare "clipă", este o pâlpâire, o pulsație, o înviere permanentă, o înviere veșnică, este veșnicia vieții, este viața veșnică. Când mă bucur sunt copleșit de viață, nu am cum să nu împărtășesc, nu am cum să nu dărui. Dacă nu am CE să dărui, dacă nu am CE să primesc, mă bucur de faptul că Sunt Eu. Și nimic, niciun CE-va nu este mai mult decât asta. Este mai "mult" decât Totul. Dacă mă bucur că eu sunt, voi împrăștia bucuria în jurul meu, în Totul, voi împrăștia viață, iubire, dragoste, bucurie, deci înviere. Voi fi izvor de apă vie, voi fi "Vița de Vie(ață)", voi avea sevă, sucul bucuriei, "substanța de carne" a trăirii. Nu voi mai "bea lapte", mă voi înfrupta din "carne", voi avea acces direct la viață.
Ori-CE putem avea, nu este pentru a păstra, ci este pentru a da. Este ca un joc de volei în cerc. Dai mingea de la unul la altul. Joaca este o bucurie. Dacă păstrezi mingea, s-a terminat jocul. Dacă transformi jocul în competiție, jocul nu mai este joacă, ci se transformă în muncă, în chin, în suferință, are un scop, o utilitate, vrei sa dobândești ceva – să câștigi ceva, să acumulezi câștiguri, merite… pentru care ești în stare să renunți la bucurie, la joacă.

Întotdeauna putem "avea" bucurie, pentru că întotdeauna suntem atunci când suntem și nimic nu ne poate împiedica să fim atâta vreme cât suntem. Deci întotdeauna ne putem bucura că suntem, dacă asta este important pentru noi, dacă prețuim asta. Dacă nu prețuim asta, dacă considerăm alt-Ceva mai important, dacă vrem "mai mult", dacă considerăm insuficient că suntem, cum suntem, ce avem, adică dacă suntem nemulțumiți că suntem, cum suntem, cu ce avem, atunci bucuria piere. Nu mai prețuim că suntem și alergăm după ceva… "mai mult". Nici noi nu știm după ce… Pentru că CE altceva ar putea fi? De aceea nu vom găsi niciodată acel alt-CEva mai "mult", nu vom găsi suficient de "multul" care să fie

pe măsura "sunt-ului", care să îl umple. Pentru că Totul este "infinit" de mic față de "eu sunt", față de nimicul, niciun CEva-ul absolut.
În Ceva eu mă pot reflecta, dar dacă mă identific cu ceva, orice ar fi acest ceva, mă văd împuținat și limitat, mă văd infinit de mic. Dacă îmi văd reflexia într-un bob de nisip sau într-un fir de praf, mă văd cumva întreg, dar infinit de mic. Dacă mă voi identifica cu acea imagine mă voi simți limitat, insuficient. Dacă mă voi atașa de acea imagine voi muri ca Narcis, prizonier al reflexiei sale. Dacă voi încerca să îmi protejez făptura reflectată, mititică și neajutorată, voi cădea în grijă și suferință.

Toate acestea conduc la neajunsuri, la nemulțumire. Nemulțumirea scade prețuirea. Nu pot să prețuiesc ceva de care nu sunt mulțumit. Mulțumirea este cheia către bucurie. Mulțumirea de orice generează în mod natural și nu forțat recunoștință pentru orice.

Omul nu se naște nemulțumit, el caută argumente pentru a fi nemulțumit. Nemulțumirea este întotdeauna logică, justificată de ceva, are un "de ce" și un "pentru că" întotdeauna, ea are sens, rost. Nemulțumirea este întotdeauna îndreptățită. Mulțumirea nu, ea este întotdeauna nejustificată, neîndreptățită, ea este întotdeauna gratuită, degeaba, fără rost, fără scop. E ca viața, e ca "eu sunt", degeaba.

"Tot ce este e bine pentru că e, nu este pentru că e bine." (Minamin)

Dincolo de "bine și de rău", dincolo de "Pomul cunoașterii binelui și răului" este "Pomul vieții", prin ale cărui roade, gustându-le, intrăm în veșnicie.
Adică, doar dacă trecem de "bine și de rău", de a judeca în acești termeni, putem avea acces la Pomul vieții, care

este Bucuria. Judecata (împărțirea, separarea) ne împiedică să ne bucurăm, să fim mulțumiți și să prețuim ce este – să primim și să ne bucurăm de ce este, că este.

70. Și... despre plictiseală

Când fugim de trăirea durerii, de intensitatea simţirii, a faptului că suntem vii, deci vulnerabili la trăirea vieții și a muririi, a bucuriei și a pierderii, atunci renunțăm la a fi prezenți în propria poveste de viață. Facem totul pentru a nu fi prezenți, la a fi împreună cu ce simțim. Nu vrem să fim aici și acum pentru a simți asta. Învățăm să stăm deoparte, alături. Nu vrem să fim atinși. Dacă reușim să facem asta, atunci aproape nimic nu ne mai atinge, aproape nimic nu ne mai mișcă, aproape nimic nu mai are valoare. Și așa viața noastră parcă nu mai are valoare, este fără sens și… goală, vidă, plictisitoare.
Pe de altă parte, ca atitudine interioară, noi nu facem nimic, nu actăm nimic, ca nu cumva să fim prinși în mrejele vieții și să ne expunem acesteia – putem să ne ardem. Deci, ne abținem de a face ceva, de a conjuga vreun verb.
Dar stând aici, deoparte, parcă nu simțim nimic. Culmea… Nu asta am urmărit? Păi, da, dar doar să nu mai simțim durere și vulnerabilitate. Iar acum fiind deoparte și departe de viață, căci ne poate dăuna prin durere și vulnerabilitate în anumite situații, nu o mai simțim. E firesc, atâta vreme cât stăm pe malul celălalt al vieții să nu o simțim, să suferim de para-viață, de para-trăire, a fi pe dinafara ei…
Afară unde? Căci nici morți nu suntem – nici în ființă, nici în neființă. Cuvântul folosit adesea este cel de "mă simt suspendat". Este o stare de așteptare. Aștept să SE întâmple ceva, undeva în viață, atât de puternic, de

incitant, de extraordinar, încât să poată ajunge și la mine, pe malul asta, dincoace de viață.
Ce fac eu aici?
Privesc la ce se întâmplă pe malul vieții. Ce povești de viață se derulează acolo. Întotdeauna ale altora. Niciodată ale mele. Și cumva mă hrănesc privindu-le, ascultându-le. Puțin din viața, din trăirea lor ajunge și la mine. Trăiesc la subzistență cu firimiturile ce rămân după trăirile altora. E un fel de voaiorism. Voaiorismul este safe, nu trebuie să mă expun, dar depind de ce fac alții. Ei sunt actorii. Eu doar spectator. Dacă nu SE întâmplă nimic, dacă ei nu fac, dacă ei nu spun, eu flămânzesc. Am nevoie de ei. Am permanentă nevoie să îi ascult cum se laudă sau se lamentează de viața lor, să privesc dramele altora în filme sau în știri de orice fel. Altfel, risc să mă omoare plictiseala. Pe malul ăsta dincoace de viață și dincolo de moarte aștept ceva să mă stimuleze, preocupându-mă între timp cum să-mi "omor timpul" prin diverse tehnici care mai de care mai ingenioase. Că de, nefiind cu adevărat mort, ci doar neviu, singurul tovarăș de care nu am putut scăpa este timpul vieții mele. Am scăpat de trăirea vieții, dar nu de viața însăși. Timpul este din nefericire prezent și este torturant. Mă arde. Timpul este tot timpul cu mine atâta timp cât sunt. Acest lucru este resimțit cumplit și poartă un nume – plictiseală.

M-am extras din existență ca să nu mai sufăr și unde m-am dus? Unde mă pot duce? Ca un melc, m-am retras în cochilie și doar privesc pe fereastră spre existență să văd ce mai e pe acolo. Dacă nu se întâmplă nimic în fața acesteia, îmi fac de treabă prin cochilie pentru a face să treacă timpul mai repede. Mă învârt ca un titirez ca să-mi omor timpul. De ce fac asta? De ce vreau să-mi omor timpul? Ce îmi face mie timpul? E prea mult? Și ce înseamnă de fapt timp? Și cum se poate omorî timpul prin a face? Atunci când fac ceva, dispare? Ce dispare când

dispare timpul? Dar eu nici nu vreau să fac ceva pe malul vieții, că este periculos, poate să doară. Așa că îmi fac de lucru pe aici, pe suprafața cochiliei, mă duc de colo-colo pe malul ăsta, așa cum se leagănă elefantul când stă pe loc sau cum se bâțâie tigrul în cușcă. Mă mișc fără sens. De fapt are sens. Vreau să fac să treacă timpul. Încă o dată, de ce fac asta? Ce se întâmplă dacă nu fac asta?

Toți cei care sunt în situația asta, nu au stat nici măcar o clipă să vadă ce se întâmplă. Imediat au început să se bâțâie fizic sau mental, au încercat să se miște într-un fel sau să privească la ceva în mișcare, pentru a își abate atenția. De la ce? În realitatea fenomenală, timpul este durata unei acțiuni. Cât durează o acțiune este timpul în care se întâmplă. Acțiunea "mănâncă" timp, ia timp… consumă, omoară timp. Fără nicio acțiune, ce mai e timpul? Mai e?
Dacă nu fug prin orice bâțâială, dacă stau puțin voi afla grozăvia. Timpul nu se mai scurge, nu mai pleacă, nu se mai duce nicăieri. El se ducea cu acțiunile, acolo unde duceau acestea, într-un loc anume sau nicăieri. Acum, dacă stau, stă și el. E mereu prezent, mereu aici. Este și un aici. Timpul parcă nu mai e timp. Parcă este un loc. Un loc în care eu știu. Ce știu? Știu că sunt. Doar atât. Nimic altceva. Și mai e ceva aici, când stau eu singur știind că sunt – simt că sunt. Doar știu că sunt și simt că sunt. Cum este asta? Doar să fii, să știi că ești și să simți că ești? E cumplit de intens. Parcă mă nimicește. Mă nimicește să fiu și să știu că sunt și să simt că sunt? De ce aș crede asta? Când doar sunt și știu că sunt și simt că sunt, se întâmplă ceva groaznic. Încep să simt în corp o ardere, o vâlvătaie, o turbulență extrem de intensă și în același timp fină, delicată, ce pleacă din plexul solar, din zona diafragmei, din vârful inimii spre tot corpul, făcând să vibreze toate celulele. Încep să îmi simt extrem de intens propriul corp din interior. Nu sunt obișnuit cu asta. Sunt

obișnuit să MĂ simt dinspre exterior, când sunt mângâiat, bătut de vânt, bătut de soartă, atins de ceva, prin încordarea efortului în acțiuni, în fine, prin percepții.

Dar eu am ajuns aici, tocmai pentru că nu mai vreau să mă expun acestora. Dar am căzut din lac în puț. Am fugit de viață și am dat de mama ei. Am fugit de trăirea existențială și m-am retras în A Fi. Din existență în ontic. Iar aici simt efectiv că parcă ard. Unde să mă mai duc? Aș putea să fac să nu mai fiu deloc? Și dacă nici asta nu vreau? Dacă vreau să fiu, fără să știu că sunt și să simt că sunt, și nici să trăiesc viața asta, să fiu actorul ei, cum fac? Ce balet complicat trebuie să fac ca să reușesc asta? Dar ce este așa de rău, de cumplit în ceea ce resimt în plictiseală? Arderea aia, fierberea aia… ce e? Nu este ea intensitate de a fi? Nu este ea știu și simt că sunt? Nu resimt eu atunci iubire și dragoste? Nu sunt eu atunci prezent acum și aici? Da. Simt foarte intens timpul și spațiul. Cu ce nu vreau să stau? Cu iubirea și dragostea. Nu vreau să știu că sunt, să simt că sunt, mă disperă iubirea și dragostea pe care le resimt prin toți porii. Vreau să fiu distras de la astea, dar într-un mod safe, fără să fiu nevoit să trăiesc, să mă expun vieții mele existențiale, să îmi asum acțiunile mele, să mă implic.
Cuvântul cheie este distracție. Ceva să mă distragă și de la a ști de mine, de la a simți că sunt, dar și de la durerea și chiar bucuriile vieții.
"Ce faci când simți că te plictisești?" este o întrebare care poate fi formulată în felul următor: "Ce faci când știi că ești, simți că ești, resimți iubire și dragoste?" Nu este nevoie să fie toate, e suficientă și una din ele. Știu și simt că sunt sunt ontologice și singulare, motiv pentru care sunt percepute, interpretate ca singurătate, în timp ce iubirea și dragostea sunt existențiale și mă împing spre a mă transcende în viață, în existență, spre lume, spre ceilalți, mă expun, mă vulnerabilizează.

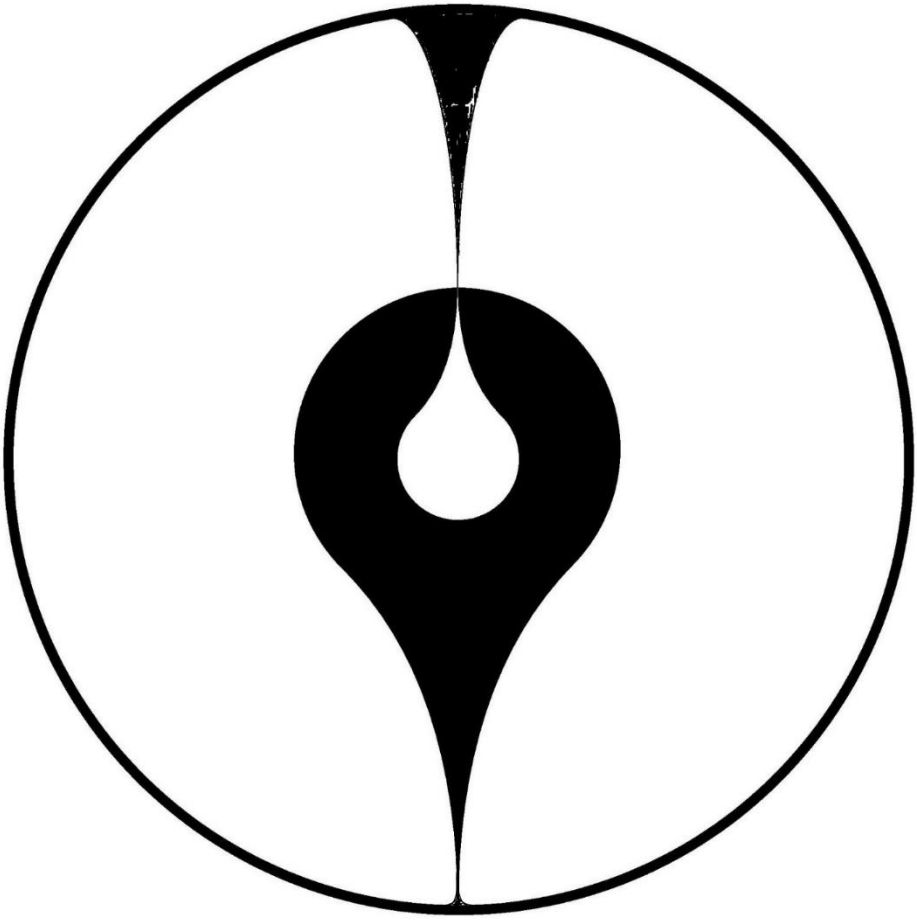
Distracția este o extracție și din ontologic și din existență. Dar ce poate avea această eficiență de distragere?
Trebuie să fie mereu altceva, nu monoton, stimulant, excitant, dar nu profund, interesant, dar neimplicant. Trebuie să fie mereu pe muchea de cuțit a superficialității pentru a nu cădea, fie în trăire, fie în fi-ire.

Cei care au trăit durerea prin pierdere, așteaptă să fie distrați. Aceștia se așează la geamul spectatorului și vor să fie distrați de bufonii lumii. Nu vor să se implice, nu vor să acteze, să își conjuge viața, ei vor să privească cum trăiesc alții, dacă se poate interesant, stimulant și să aibă și ei ceva într-un mod confortabil și sigur. Să riște alții trăirea, iar ei să culeagă ceva filtrat, neintoxicat de trăire. Tot timpul sunt flămânzi de trăire și stau cu mâna întinsă, poate le pică ceva, poate SE întâmplă ceva. Ei nu "întâmplă" niciodată – e periculos. În plus, nici nu pot sta așa degeaba, că îi apucă știul și simțitul de a fi și au încurcat-o și mai rău. "Mă plictisesc singur/ă" este adesea expresia lor motivatoare de distracție, dar și frica cea mai mare.

Cei care au trăit durerea fizic, fiind violentați, nu mai vor să trăiască umilirea, nimicnicirea pe care au simțit-o când au fost pasivi, primitori, la diateza pasivă. Ei sunt continuu la diateza activă. Tot timpul fac ceva, cu scop sau fără. Sunt mereu în mișcare. Ei acționează asupra altora, asupra a orice, doar să fie în mișcare. Dacă stau puțin "simt un motoraș în plexul solar care se învârte tare-tare". Așa descriu ei simțirea de a fi, dar imediat ies din stare printr-o acțiune oarecare. Statul degeaba "sună" a pasivitate, a primi bătaie, umilință, a fi nimicit. E o mare frică de a nu mai fi acolo. Când stau, le este frică că nu o să mai fie, că o să dispară, ca atunci… De aceea, dau tot timpul la pedale, sunt ei cei care fac, care nimicesc, care orice, doar să facă ca să fie sau mai bine spus ca să nu se

întâmple să fie nimiciți. Ei trebuie să controleze totul, să facă totul, nu pot să lase nimic să fie. Sunt foarte acționali în existență, dar nu implicați. Nu trăiesc nimic, nu primesc nimic, doar fac. Câtă vreme fac, sunt fără a se simți că sunt. Simțirea este destul de nasoală – de exemplu, poți simți durerea. Și asta la modul cel mai concret. Dar nu asta este problema, cu asta sunt obișnuiți. Cu umilirea, cu nimicirea propriei valori au ei ceva.

Ce numesc primii plictiseală și ce numesc ultimii neliniște, este ce încearcă toți cei care meditează, străduindu-se să nu fie ispitiți de ec-sistență. Dar când apare plictiseala/neliniștea fug mâncând pământul prin orice mijloace de distragere. Mijloace de distragere de la a fi, a ști și simți că sunt, a resimți iubire și dragoste.
Dar culmea este că ce numesc ei plictiseală/neliniște nu este starea de care fug, ci fuga de ea. Și asta pentru că nu au stat o clipă să vadă cum/ce este, ci au zbughit-o instantaneu. Această străduință de extragere din stare, de împotrivire la stare numesc ei plictiseală/neliniște. Nu este necesar decât a sta în stare, a nu mai fugi. A sta în plictiseală/neliniște, a gusta din ea – a fi-i, a ști-simți că sunt, a re-simți iubire-dragoste, a lăsa asta să fie, a nu face nimic altceva. Atât. Aşa vor vedea că, ceea ce numesc ei plictiseală, ceea ce îi omoară e ceea ce îi "ţine" vii, îi bucură, iar ceea ce îi nelinişteşte, îi linişteşte, pentru că este dincolo de orice dubiu şi îndoială.
Plictiseala-neliniștea este cheia către fi-ire și existență, către Eu sunt acum aici.
Și este la îndemâna tuturor…



ISBN: 978-973-0-39263-0